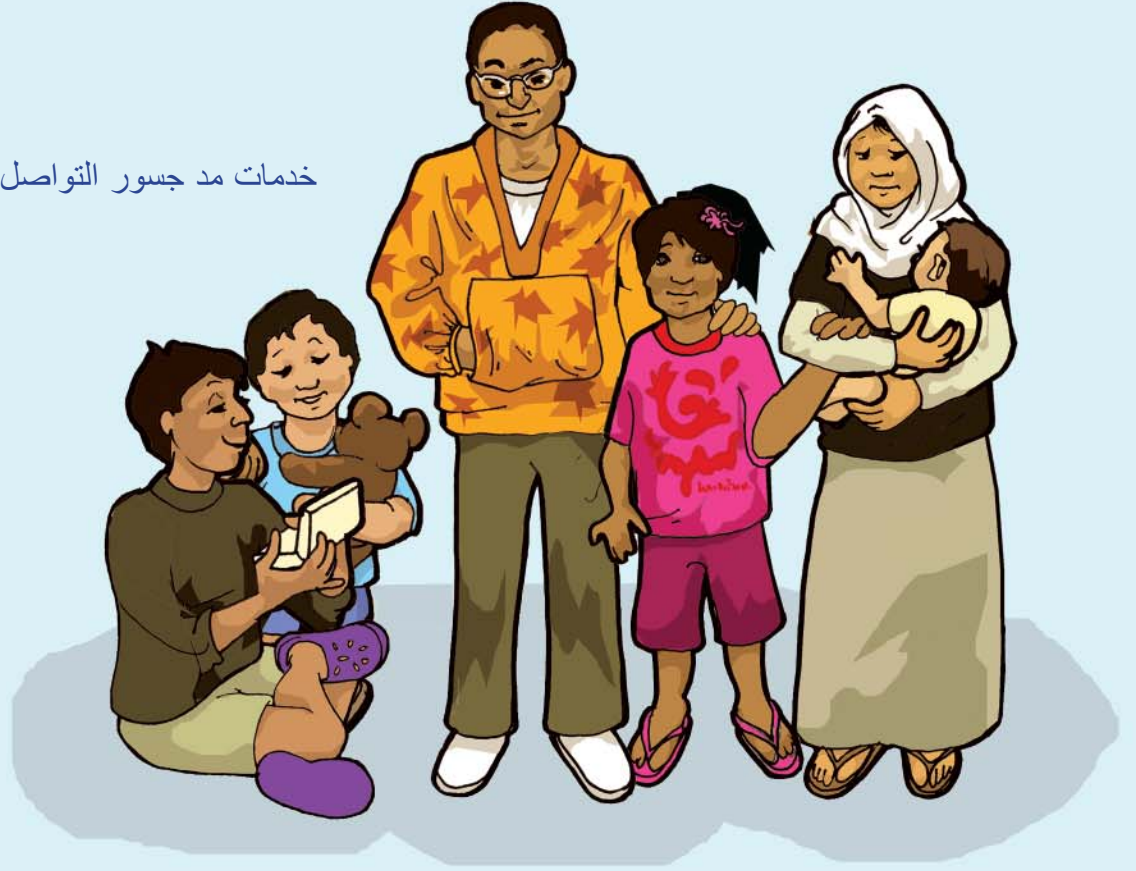


BRYCS

خدمات مد جسور للتواصل للاجئين الشباب والأطفال



تنشئة الأطفال في بلد جديد:
دليل مصور

خدمات مد جسور التواصل للاجئين الشباب والأطفال (BRYCS) هو أحد مشاريع مؤتمر الولايات المتحدة للأساقفة الكاثوليك (USCCB)، ويقدم مساعدة تقنية على المستوى الوطني من أجل "مد جسور التواصل" بين الهيئة العامة لرعاية الطفل وغيرها من المنظمات الرئيسية وبين وكالات خدمة اللاجئين والمهاجرين ومجتمعات الوافدين الجدد. يعد الهدف الأشمل لمنظمة BRYCS هو تقوية أهلية المنظمات الخدمية في أنحاء الولايات المتحدة لضمان التنمية الناجحة للاجئين والوافدين الجدد من الأطفال والشباب والأسر، وهذا عن طريق تدريب موجه واستشارات وتطوير الموارد الحديثة وتبادل المعلومات القائم عبر الإنترنت. يُرجى زيارة موقع www.brycs.org لمزيد من المعلومات.

منظمة BRYCS مدعومة من قبل مكتب إعادة توطين اللاجئين، إدارة الأطفال والأسر، التابعة لوزارة الصحة والخدمات البشرية، منحة رقم RB 0022 90. جميع الآراء الموضحة في موارد BRYCS تعبر عن آراء المؤلفين ولا تمثل بالضرورة آراء مكتب إعادة توطين اللاجئين.

جدول المحتويات

| | | | |
|-------|----------------------------------|----|--------------------------|
| 17-15 | خدمات حماية الطفل (CPS) | 1 | النوم والاستيقاظ |
| 18 | الاستعداد للتعلم | 2 | الذهاب إلى المدرسة |
| 19 | المدارس | 3 | الوجبات والتغذية |
| 20 | بعد اليوم الدراسي | 4 | الأمان في الشارع |
| 21 | الأطعمة الجاهزة | 5 | الأمان في السيارة |
| 22 | تناول الطعام معًا | 6 | أزمة الأمان |
| 23 | الأعمال المنزلية | 7 | الأمان داخل المنزل |
| 24 | النظافة الصحية والرضاعة الطبيعية | 8 | الإشراف على الطفل |
| 25 | وقت النوم | 9 | الأمان في الأماكن العامة |
| | التربية في بلد جديد: | 10 | إظهار الاهتمام بالأطفال |
| 27-26 | الملخص | 11 | التأديب |
| 30-28 | المراجع | 12 | عقاب وقت التفكير |
| 31 | الموارد | 13 | المكافآت والعواقب |
| 32 | شكر وتقدير | 14 | الامتيازات والحدود |

هذه الإشارة تعني "ممنوع"



تصل أسر اللاجئين والمهاجرين إلى الولايات المتحدة ويجعلها ثروة من نقاط القوة التربوية والمؤثرات الثقافية والتقاليد والتجارب الأسرية. وكمعظم الآباء والأمهات في الولايات المتحدة، تسيطر نزعة المسؤولية والتربية على هؤلاء الآباء والأمهات، وفي أغلب الأحيان قدموا تضحيات هائلة لمنح أبنائهم فرصة للتمتع بالأمان والنجاح في هذا البلد الجديد. في ذات الوقت، من الأمور جلية الوضوح أن الوافدين الجدد من الآباء والأمهات غالبًا ما يحتاجون إلى المساعدة للتأقلم على: البيئة المادية الجديدة والتي تحوي أخطارًا غير معهودة، مثل فقدان الدعم المقدم من العائلة الممتدة والمجتمع وعدم فعالية (وأحيانًا عدم قانونية) أساليب التأديب التقليدية وسلوك أبنائهم "المتأمرن" الجديد وغير المألوف غالبًا. وللأسف فإن تحديات التربية في بيئة جديدة جنبًا إلى جنب مع الظروف المالية الصعبة والضغط الناتج عن تبدل الأدوار الأسرية قد تؤدي أحيانًا إلى انخراط هؤلاء الوافدين الجدد مع نظام رعاية الطفل.

تم إنشاء هذا الكتيب للوكالات التي تخدم اللاجئين والمهاجرين، لدعم جهودهم الرامية إلى ضمان حصول الوافدين الجدد من الآباء والأمهات على المعلومات الأساسية التي يحتاجونها حول قوانين الولايات المتحدة والممارسات التربوية فيها. وبالرغم من أن الوافدين الجدد قد يجدون هذا الكتاب مفيدًا دون الحاجة للاعتماد على مصادر أخرى، إلا أنه موجه في الأساس إلى المسؤولين عن الحالات وغيرهم من مقدمي الخدمات ليستخدموه بالاشتراك مع عملائهم من اللاجئين والمهاجرين. يوجه الكتيب إلى الآباء والأمهات الوافدين حديثًا ذوي المستوى الضعيف في اللغة الإنجليزية، و/أو المستوى الضعيف في القراءة والكتابة. نظرًا لكون المفاهيم المعقدة غالبًا والموضحة بالصور هنا مبسطة بالضرورة، يقدم القسم الخاص بالموارد (صفحة 28 إلى 31) لمقدمي الخدمات معلومات يسهل الوصول إليها ليكملوا بها النقاط الأساسية الموضحة في هذا الكتيب. للحصول على أفضل النتائج، توصي منظمة BRYCS باستخدام هذا الكتيب من خلال مجموعات دعم الآباء والأمهات الملائمة ثقافيًا، ويفضل أن يديرها أحد الآباء والأمهات يتمتع بالخبرة من الوافدين الجدد ومن نفس الخلفية الاثنية، وآخر مولود في الولايات المتحدة، بحيث يتسنى للآباء اللاجئين والمهاجرين طرح الأسئلة وتجربة سلوكيات جديدة والعثور على الدعم الإيجابي لتيسير مرحلتهم الانتقالية (ارجع إلى نشرة BRYCS بعنوان التربية في بلد جديد: مجموعة أدوات للعمل مع الآباء الوافدين حديثًا http://www.brycs.org/documents/upload/raisingchildreninnewcountry_web.pdf لمزيد من المعلومات عن مجموعات دعم الآباء، بما في ذلك المنهج والمعلومات التثقيفية الأخرى).

تسترشد المساعدة التقنية التي تقدمها BRYCS ومنشوراتها، بما فيها هذا الكتيب، بالاعتقادات التالية:

- (1) بالنسبة للاجئين والمهاجرين الأطفال والشباب، من المهم أن يحافظوا على ارتباط قوي وإيجابي بتراثهم الاثني، أو تطوره في حالة مجيئهم في سن صغير، بالإضافة إلى هوية إيجابية كأمركيين (الثنائية الثقافية). فهذا يساعد على الحفاظ على قوة الأسر وبالتالي يوفر الدعم الذي يحتاجه الأطفال لتحقيق النجاح في هذا البلد.
- (2) بالنسبة لمقدمي الخدمات، من المهم أن يعتمدوا مقاربات مع اللاجئين والمهاجرين تتمركز حول الأسرة والمجتمع ومبنية على نقاط القوة. فهذه المقاربات تعظم من فرص قبول الأسر الوافدة حديثًا للخدمات وتأثرهم بها.
- (3) بالنسبة للمجتمعات، يعد التعاون بين مقدمي الخدمات أمرًا حيويًا لتحقيق خدمات مؤثرة. وتقوم BRYCS خصوصًا بتعزيز التعاون بين وكالات خدمة اللاجئين/المهاجرين والوكالات الرئيسية مثل خدمات حماية الطفل (CPS). فعلى سبيل المثال، يمكن للمنظمات ووكالات إعادة توطين اللاجئين المعتمدة على المجتمعات الاثنية، أن تتيح في الكثير من الأحيان الوصول إلى الترجمة الفورية واستشارات وتدريبات ثقافية، وتقييمات فعالة من الناحية الثقافية، وخدمات مختصة من الناحية الثقافية لضمان فعالية استجابات هذه الوكالات للوافدين الجدد، بينما يُمكن لوكالة CPS تقديم إحالات إلى مجموعة من الخدمات قد لا يحصل عليها الوافدون الجدد عادةً.

تابع المقدمة

يشدد هذا الكتيب المصور على الموضوعات الخمسة الرئيسية التالية:

- (1) الرعاية: نظرًا لسرعة إيقاع الحياة غالبًا في الولايات المتحدة، وأن كلا الوالدين قد يكون عليهما أن يعملوا، فقد يكون من الصعب تخصيص وقت لقضائه مع الأطفال. لذا يمكن أن تكون أنشطة مثل الوجبات الأسرية أو وقت النوم، فرصًا مهمة للرعاية والاستمرار التقاليد الثقافية.
 - (2) الإشراف/ الحماية: يكون الوالدان مسؤولين عن الإشراف على أطفالهما في الولايات المتحدة - سواء داخل المنزل أو خارجه - وعن حماية الأطفال من الأذى.
 - (3) النظام/الحدود: في هذه الحياة سريعة الإيقاع، يكون من المفيد للأطفال أن يحافظ آباؤهم على جدول/روتين يومي، وأن يضعوا حدودًا أو قواعد (فيما يخص أمور مثل تناول الأطعمة الجاهزة، واستخدام الإنترنت أو ألعاب الفيديو أو التلفزيون، وتقديم المساعدة في الأعمال المنزلية، واللعب مع الأصدقاء). مثل هذا النظام يمكن كذلك أن يساهم في دعم وتعزيز الانضباط والاحترام.
 - (4) التأديب/الاحترام: تختلف أساليب التأديب على حسب الثقافة. وتشمل الأساليب الشائعة في الولايات المتحدة التعزيز الإيجابي أو عقاب وقت التفكير أو تقليل الامتيازات أو ترسيخ العواقب. من المهم معرفة ما هو مقبول هنا وما هو غير ذلك، لتتمكن الأسر الوافدة حديثًا عندئذ من موازنة هذه الأساليب لاستخدامهم الخاص، أو ابتكار أساليب مختلطة تصلح لأسرهم. وبغض النظر، فإن التأديب يكون أكثر إثمارًا عندما يُطبَّق بشكل متنسق، وعندما يقدم الآباء القدوة بانتهاج السلوك المرغوب فيه.
 - (5) المشاركة التعليمية: يعتبر توقع انخراط الوالدين في تعليم أبنائهما أمرًا جديدًا بالنسبة لبعض الآباء والأمهات من اللاجئين والمهاجرين، وذلك لأن التعليم ينظر له في بلاد كثيرة على أنه مسؤولية المعلم بالأساس. أما في الولايات المتحدة، فيتوقع من الوالدين المشاركة في تعليم أولادهما بالاجتماع مع المدرسين وحضور الفعاليات المدرسية، وفي البيت يمكن أن يساعد الوالدان في واجبات الأطفال المنزلية وتشجيع القراءة المنتظمة وغيرها من الأنشطة التعليمية.
- يركز هذا الكتيب بالأساس على تربية الأطفال الأصغر سنًا. فترسيخ التواصل الجيد والانضباط عندما يكون الأطفال أصغر سنًا يوفر أساسًا مهمًا للحفاظ على علاقة جيدة مع المراهقين. لمزيد من المعلومات عن المراهقين من اللاجئين والمهاجرين، اطلع على منشور BRYCS، تكبر في بلد جديد النشأة: مجموعة أدوات لتنمية الشباب إيجابيًا للعمل مع اللاجئين والمهاجرين (<http://www.brycs.org/documents/upload/GrowingUpInANewCountry-Web.pdf>).
- ما زال هذا الكتيب المصور قيد التنفيذ. فقد تلقينا مشاركات قيمة من مقدمي الخدمات أثناء تطوير الكتيب (اطلع على قسم شكر وتقدير، صفحة 32)، إلا أننا نأمل في مواصلة تلقي الآراء والتعليقات التي سنتج عن استخدامه واختباره في العمل الميداني. وهدفنا هو الاستمرار في تحسين هذا الكتيب حتى يكون مفيدًا قدر الإمكان للوكالات وللمن يقدموا لهم الخدمة من الوافدين الجدد. يُرجى إرسال جميع الاقتراحات للإصدارات القادمة إلى info@brycs.org.



النوم والاستيقاظ

عادة ما يحتاج الأطفال الصغار إلى النوم أكثر من المراهقين. بشكل عام: يحتاج الأطفال ما تحت سن 5 أعوام إلى 10 - 12 ساعة من النوم في الليلة. ويحتاج الأطفال في سن الدراسة إلى 9 - 10 ساعات من النوم في الليلة. أما المراهقون فيحتاجون إلى 8 - 9 ساعات من النوم كل ليلة.

ويجد بعض أولياء الأمور والأطفال أنه من المفيد تحضير الملابس والكتب التي سيحتاجونها لليوم المدرسي، في الليلة التي تسبقه.



الذهاب إلى المدرسة

كل الفتيات والصبية في الولايات المتحدة، وحتى الأطفال ذوي الإعاقة، مطالبون بالذهاب إلى المدرسة بأمر القانون.

ويجب أن يصل الأطفال إلى المدرسة في موعدهم. ينبغي على الأطفال الذين يذهبون إلى المدرسة بالحافلة التواجد عند محطة الحافلة قبل موعد حضورها المقرر بخمس دقائق.

إذا تأخر الأطفال أو تغيبوا عن المدرسة، يجب على الوالدين الاتصال بالمدرسة لتوضيح السبب. اطلب مترجمًا فورًا إذا اقتضت الحاجة. لا تقم أبدًا بالاستعانة بطفل كمبرمج فوري.

الوجبات والتغذية

يحتاج الأطفال إلى تناول إفطار صحي قبل المدرسة لمدهم بالطاقة اللازمة للتعلم.

وعادة ما يتناول الأطفال في الولايات المتحدة 3 وجبات في اليوم، مع وجبة خفيفة أو اثنتين على مدار اليوم. وينبغي أن تتكون الوجبة من عنصر أساسي (كالأرز أو الذرة أو القمح) وبروتين (مثل اللحم أو البقول) والكثير من الفواكه والخضروات. وشرب الكثير من الماء، وكميات محدودة من عصائر الفاكهة والحليب.





الأمان في الشارع

ينبغي على البالغين مساعدة الأطفال على عبور الشارع بأمان. استخدم مناطق عبور المشاة وعلم الأطفال الصغار أن "يتوقفوا وينظروا وينصتوا" قبل عبور الشارع.

احرص على حصول الأطفال على الملابس التي يحتاجونها وفقًا للطقس.



الأمان في السيارة

لا تترك أيداً الأطفال تحت سن 10 أعوام
وحدهم في سيارة.



أحزمة الأمان

تلتزم معظم الولايات الناس بربط أحزمة الأمان أثناء ركوب السيارة. عادة يكون على الركاب في المقاعد الأمامية ارتداء حزام الأمان، ويجب أن يوضع الأطفال تحت سن 4 أعوام في مقعد سيارة مخصص للأطفال، أما الأطفال بين سن 4 و 8 أعوام فقد يحتاجون إلى مقاعد داعمة.

الأمان في المنزل

ضع الأشياء الخطرة بعيدًا عن متناول الأطفال، بما في ذلك أعواد الثقاب والمبيضات وسوائل التنظيف والأدوية. إذا ابتلع طفل شيئًا قد يؤذي، اتصل فورًا برقم النجدة 911.



الإشراف على الطفل

ينتظر من الآباء والأمهات مراقبة أطفالهم ومعرفة ما يقومون به. لا يراقب الجيران أطفال غيرهم ما لم يطلب منهم ذلك ويوافقوا على القيام به.

تختلف إرشادات الإشراف على الأطفال من ولاية لأخرى. إليكم بعض الإرشادات العامة:



17-16 عامًا
يمكن أن يترك وحيدًا،
في بعض الحالات
بعد أقصى ليلتين.



15-13 عامًا
يمكن أن يترك وحيدًا،
ولكن ليس لليلة كاملة.



12-11 عامًا
يمكن أن يترك وحيدًا
بعد أقصى 3 ساعات،
ولكن ليس في
وقت متأخر ليلاً.



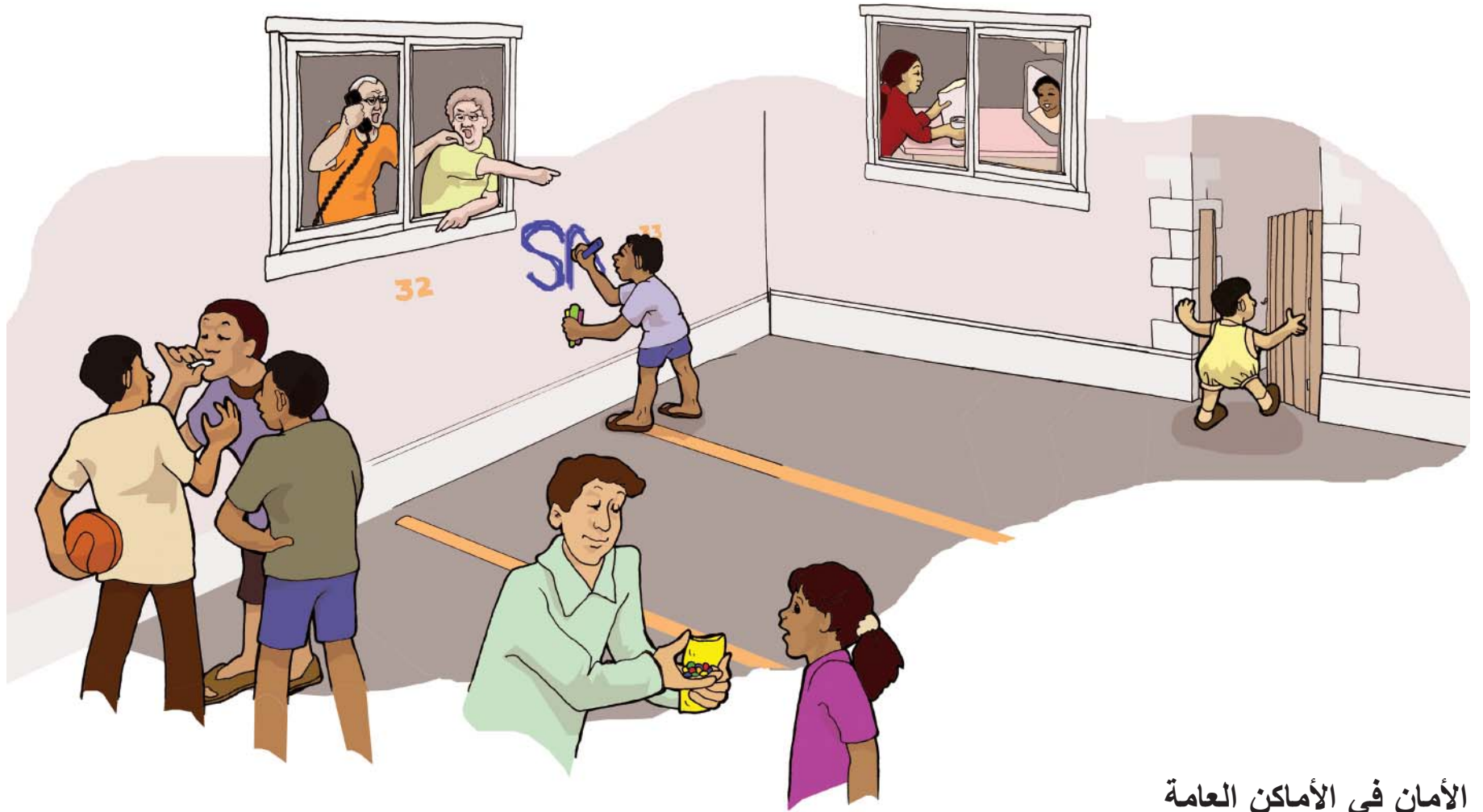
10-8 عامًا
لا تتركه وحيدًا
لأكثر من 90 دقيقة
أثناء النهار
أو في المساء المبكر.



7 أعوام وأقل
لا تتركه وحيدًا.

يجب دائمًا أن يعرف الأطفال الذين يتركون وحدهم كيف يتصلون بالوالدين أو بمسؤول بالغ آخر، وأن يتصلوا برقم النجدة 911 في حالات الطوارئ.

لا يبدأ الأطفال في الولايات المتحدة عادةً مجالسة الأطفال قبل سن 11 أو 12 عامًا، ولا يسمح لهم بمراقبة الأطفال الصغار أو الرضع قبل أن يبلغوا 15 عامًا.



الأمان في الأماكن العامة

يجب أن يظل الأطفال تحت سن 8 أعوام تحت الإشراف طوال الوقت، خاصةً في الأماكن العامة. ينبغي أن يطلب الأطفال فوق سن 8 أعوام إذن الوالدين قبل الخروج وحدهم أو مع أصدقائهم.

يجب أن يعلم الآباء أطفالهم ألا يأخذوا الحلوى أو الهدايا من الأشخاص غير المعروفين لدى أسرهم، وأن يخبروا شخصًا بالغًا محل ثقة إذا شعروا بالانزعاج من أي شخص.

حذر الأطفال من مخاطر المخدرات والكحوليات والتدخين.



إظهار الاهتمام بالأطفال

أحياناً يسيء الأطفال التصرف لجذب انتباه الآباء. يكون الأطفال أكثر سعادة عندما يقضي الآباء وقتاً معهم، ويتضمن هذا الوقت التحدث والاستماع إليهم واللهو معاً.



التأديب

العقاب البدني القاسي مثل الصفع أو القرع أو الضرب أو الرج بقوة تكفي لترك علامة أو إصابة على الطفل، أمر غير قانوني في الولايات المتحدة. ويجب على بعض الأشخاص مثل المعلمين والأطباء والأخصائيين الاجتماعيين الإبلاغ عن وجود علامات على الطفل من الممكن أن تكون مؤشراً على إساءة معاملة الطفل.

ولأن العقاب البدني قد يصبح قاسياً، ولأن الأطفال يتعلمون بشكل أفضل بأساليب تأديب أخرى، لا يستخدم الكثيرون في الولايات المتحدة اليوم العقاب البدني.

توضح الصفحات الثلاث التالية أساليب تأديب شائعة الاستخدام في الولايات المتحدة.



عقاب وقت التفكير

يستخدم عقاب "وقت التفكير" غالبًا مع الأطفال حتى سن 8 أعوام، عن طريق تخصيص مكان معتاد يرسل إليه الطفل ليجلس وحده ويهدأ ويفكر في أفعاله.

يستخدم سن الطفل للاسترشاد: فمثلاً مدة دقيقتين لطفل يبلغ السنتين، و3 دقائق لطفل يبلغ 3 سنوات.

ينبغي أن يشرح الوالدان للطفل بهدوء كيفية التصرف بشكل صحيح في المستقبل.

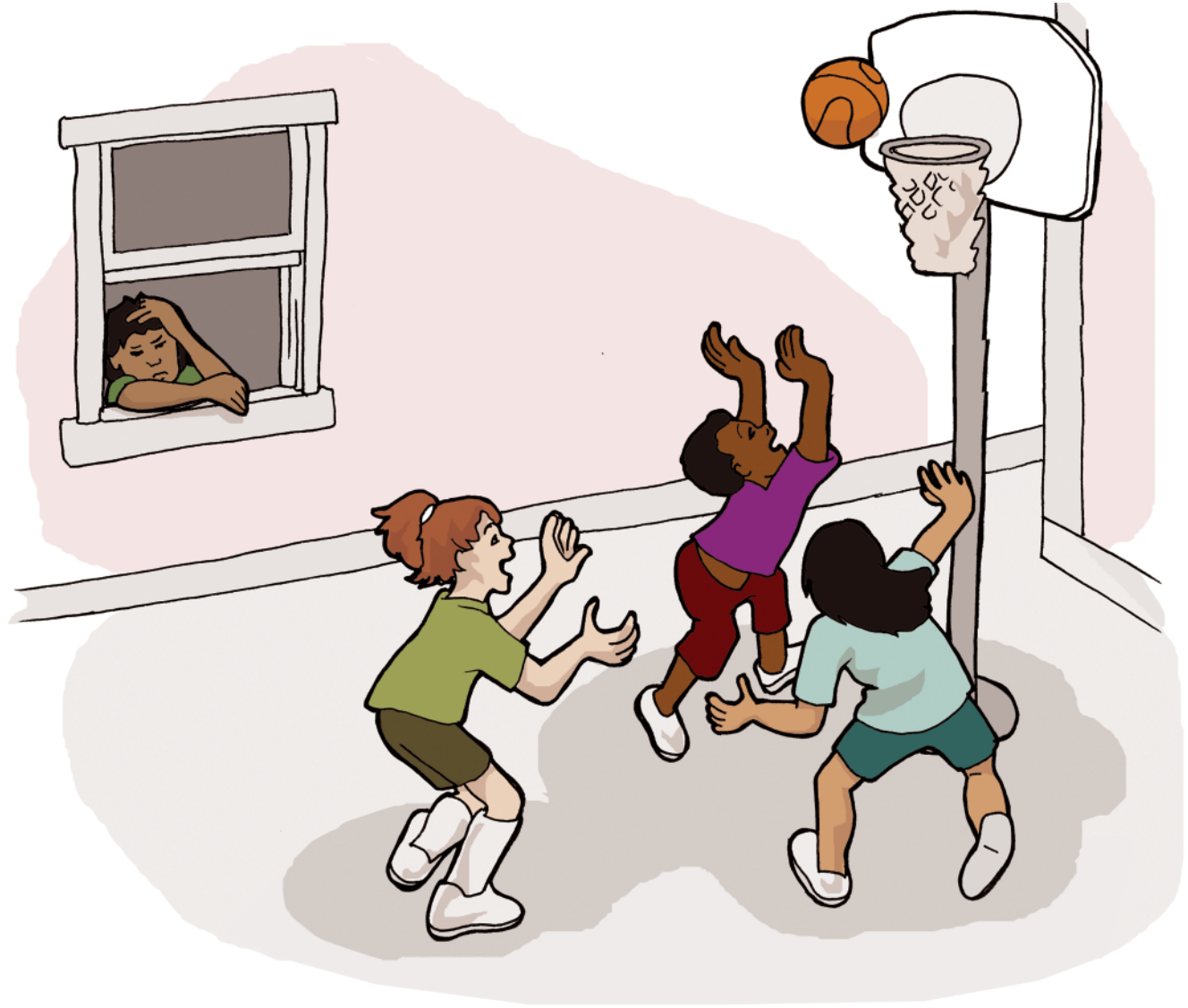


المكافآت والعواقب

يمكن تأديب الأطفال في سن 6 - 12 عامًا بالمكافآت والعواقب.

مكافأة الأطفال على السلوك الجيد، مثل أن تدعهم يشاهدون برنامجًا تلفزيونيًا مميّزًا مكافأة على ترتيبهم لسريتهم كل يوم، أو أن تسمح لهم باللعب مع صديق إذا ساعدوا في غسل الصحون.

إلغاء أمر يجبه الأطفال عندما يعصون أوامر والديهم، مثل عدم السماح للأطفال باللعب خارجًا بعد المدرسة لأنهم لم يرتبوا غرفهم.



الامتيازات والحدود

يمكن أن يكتسب المراهقون امتيازات عند طاعة قواعد الوالدين، وأن يخسروا الامتيازات عند عصيان هذه القواعد. فعلى سبيل المثال، المراهقون الذين يكملون أعمالهم المنزلية ويُعلمون آبائهم بوجهتهم ويرجعون إلى البيت في موعدهم، يمكن أن يكتسبوا وقتاً لقضائه على الكمبيوتر أو لقيادة السيارة أو لاستخدام الهاتف مع الأصدقاء. وإذا خالف المراهقون هذه القواعد، يمكن للأباء سحب هذه الامتيازات منهم.

كن واضحًا ومتسقًا فيما يخص السلوك المتوقع من الطفل، وقواعد المنزل، والمكافآت والعواقب.



خدمات حماية الطفل (CPS)

في بعض الأحيان، قد تتلقى أسرة تم الإبلاغ عنها بسبب احتمال إساءة معاملة الطفل أو إهماله زيارة منزلية من قبل موظف اجتماعي أو شرطي من وكالة خدمات حماية الطفل (CPS) للتأكد من سلامة الطفل.

هناك أربعة أنواع من إيذاء الأطفال:

- (1) الإساءة البدنية: إصابة الطفل جراء أفعال مثل الضرب أو الركل أو العض أو الحرق أو الرج أو طرق أخرى لإيذاء الطفل.
- (2) إهمال الطفل: هجر الطفل أو عدم الإشراف عليه، وعدم توفير احتياجات الطفل البدنية أو التعليمية أو الطبية، إلا أن فقر الوالدين لا يعني أنهما مهملان.
- (3) الإساءة الجنسية: أي نشاط جنسي بين طفل وشخص بالغ.
- (4) الإساءة العاطفية: تكرار الصراخ أو استخدام لغة مسيئة أو نبذ الطفل.



معظم الأسر لا تتلقى زيارات من خدمات حماية الطفل. ومع ذلك، على الأسر التي تتلقى زيارات خدمات حماية الطفل الحفاظ على هدوئهم وتعاونهم، وأن يحرصوا على أن يحضر الأخصائي مترجمًا فورياً أو موظف تواصل ثقافي للمساعدة على تبادل الحديث والتفاهم. لا يصح الاستعانة بالأطفال كمتترجمين فوريين إطلاقاً.



خدمات حماية الطفل (تابع)

ستساعد خدمات حماية الطفل الأسرة على تعلم حل الخلافات واستخدام أساليب تأديب فعالة مع أطفالهم. وقد يساعدون الأسرة في الحصول على الخدمات المطلوبة إما في المنزل أو في أحد الوكالات.

خدمات حماية الطفل (تابع)

إذا رأت خدمات حماية الطفل أن بقاء الطفل في المنزل غير آمن له، سيُنقل الطفل للبقاء مع قريب له أو أسرة حاضنة أو ملجأ طوارئ. عند حدوث هذا، على الوالدين الاتصال بأحد الكبار أو أحد قادة المجتمع ومحامٍ للتأكد من حصول كل من الأسرة وخدمات حماية الطفل على معلومات كافية. قد تقام جلسة استماع يكون فيها القاض إذا كان من الآمن عودة الطفل إلى بيته. ستعمل خدمات حماية الطفل مع الأسرة على جعل البيت آمنًا بما يسمح برجوع الطفل.



يهدد الأطفال في بعض الأحيان بالاتصال برقم النجدة 911 بدون أن يؤذيهم والداهم، من أجل الحصول على شيء يريدونه. يجب أن يدرك الآباء القوانين ويخبروا أطفالهم بأنهم قد يقعون في مشكلة بسبب تقديم بلاغ كاذب.

الاستعداد للتعلم

يكون الأطفال أسعد وأكثر قدرة على التعلم في المدرسة إذا كان لديهم نظام يومي وتأديب متسق ويتناولون وجبات أسرية ويحظوا بالاهتمام.



المدارس

تتوقع المدارس من الآباء الانخراط في تعليم أطفالهم. يلتقي الآباء بالمعلمين لبضع مرات في كل عام دراسي.

أثناء الاجتماعات مع المعلمين أو موظفي المدرسة الآخرين، اطلب حضور مترجم فوري إذا اقتضت الحاجة. لا تقم أبدًا بالاستعانة بطفل كمترجم فوري.

قد يطلب من الآباء التطوع في المدرسة أو التبرع بأشياء معينة. وهذا الأمر تطوعي.



بعد اليوم الدراسي

في كل يوم بعد المدرسة:

سل الأطفال عن يومهم المدرسي ("ماذا كان أفضل/أسوأ شيء في المدرسة اليوم؟ ما الذي أضحكك اليوم؟ مع من لعبت ولماذا؟")

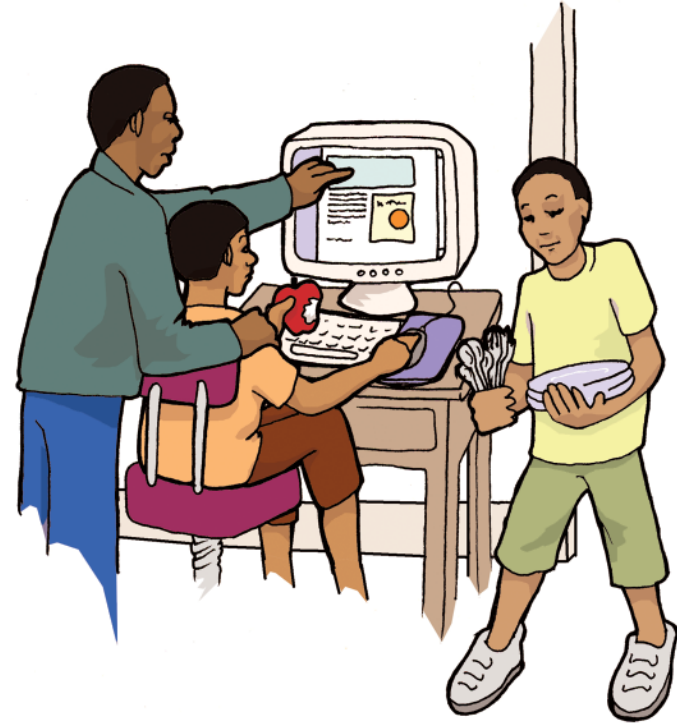
ساعدهم على إتمام واجباتهم المنزلية.

تحقق من وجود إخطارات أرسلتها المدرسة إلى البيت.



قم بالإشراف على استخدامهم للتلفزيون وألعاب الفيديو والكمبيوتر وضع حدودًا له.

غالبًا ما توفر المدارس والمراكز الاجتماعية أنشطة للأطفال بعد اليوم الدراسي.



الأطعمة الجاهزة

قم بتحديد الوجبات الخفيفة للأطفال بعد المدرسة، وشجعهم على تناول الأطعمة الصحية مثل الفاكهة. لا تسمح للأطفال بتناول الكثير من الكعك أو الرقائق أو الحلوى، وحدد كمية المشروبات الغازية.





تناول الطعام معًا

من المهم للأسر أن يتناولوا الوجبات معًا. يمكن أن يساعد التشارك في وجبة واحدة على الأقل يوميًا على تقوية الأسر، وتخصيص وقت للاستمتاع بالأطعمة والتقاليد الثقافية معًا.



الأعمال المنزلية

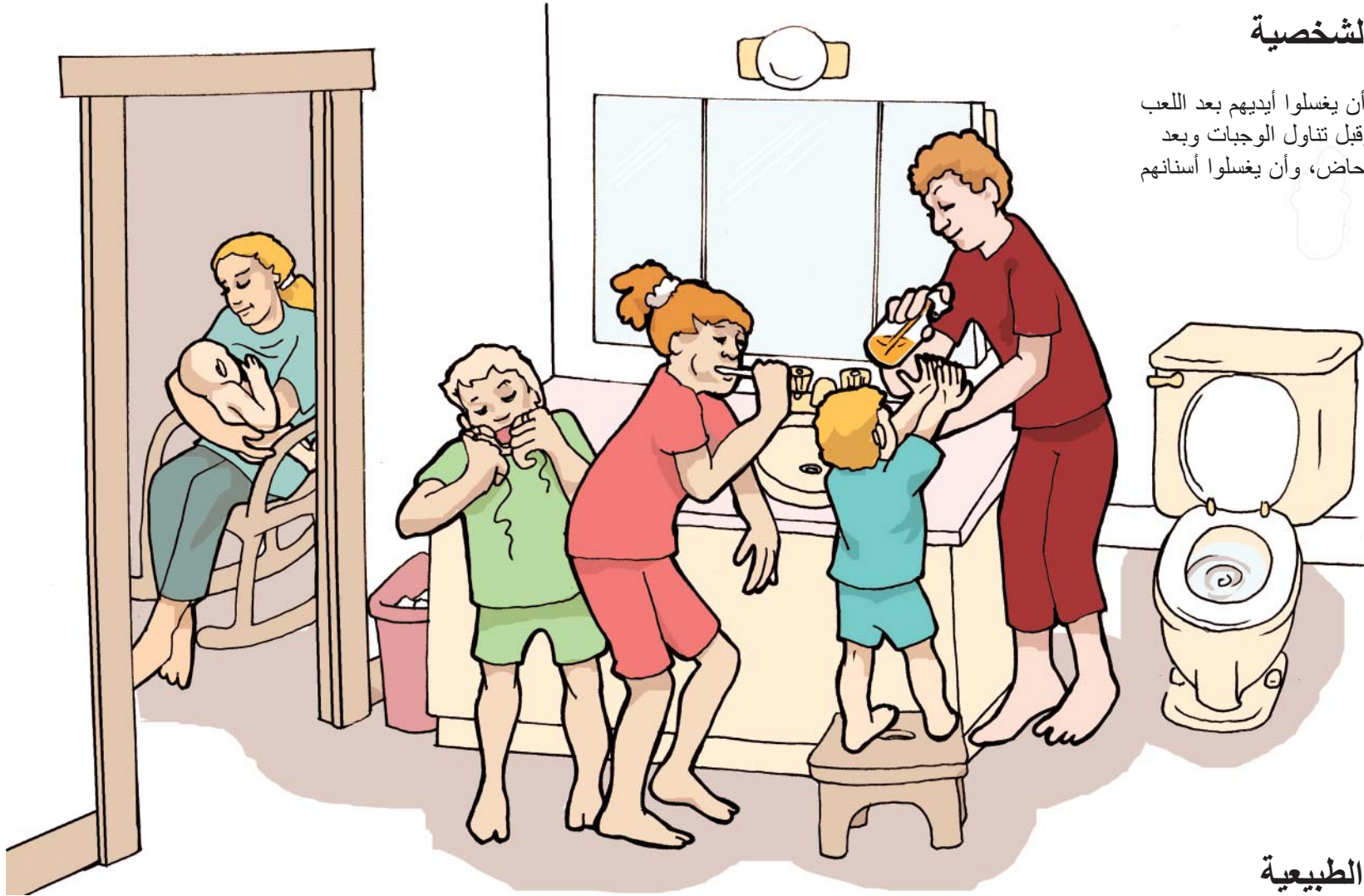
تشاركوا المسؤوليات المنزلية. على سبيل المثال، يمكن أن يساعد الكل في إعداد المائدة والتنظيف بعد تناول الوجبات.

غالبًا ما تخصص "أعمالًا" منزلية للأطفال، إلا أن وظيفتهم هي مساعدة آبائهم وأمهاتهم، لا أن يكونوا مسؤولين بالكامل.

تكافئ بعض الأسر الأبناء على إتمام أعمالهم بمنحهم مبلغ صغير من المال "مصروف"، أو بالسماح لهم بالقيام بنشاط يستمتعون به.

النظافة الشخصية

علم الأطفال أن يغسلوا أيديهم بعد اللعب في الخارج وقبل تناول الوجبات وبعد استخدام المراض، وأن يغسلوا أسنانهم بعد الأكل.



الرضاعة الطبيعية

حليب الأم هو الأفضل للرضع. عندما تقوم الأمهات الأمريكيات بإرضاع أطفالهن على الملاء، غالبًا ما تغطين أنفسهن ببطانية أو تذهبن إلى غرفة أخرى لإرضاع أطفالهن.



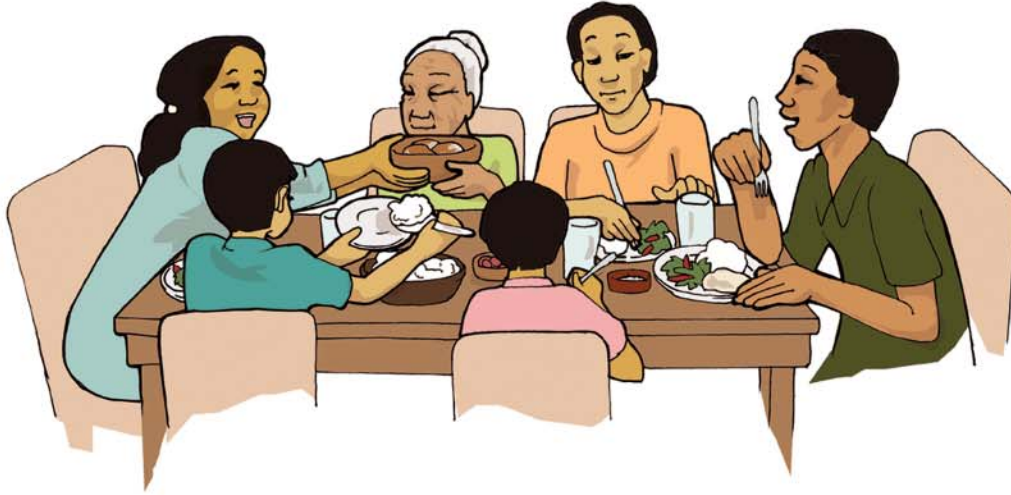
وقت النوم

يؤدون الأطفال بأفضل صورة مع وجود جدول زمني منتظم. ضع روتينًا معينًا لوقت النوم، مثل غسل الأسنان ثم ارتداء لباس النوم ثم قراءة قصة أو الغناء قبل النوم ثم النوم في نفس الموعد كل ليلة. قد يكون هذا الوقت مناسبًا لتبادل الذكريات الإيجابية أو القصص أو الأغنيات من ثقافتك مع الأطفال.

التربية في بلد جديد: الملخص



التربية في بلد جديد: الملخص



المراجع

صفحة 2:

للاطلاع على ملخص أعمار الحضور الإلزامي إلى المدرسة من قبل الدولة:

http://nces.ed.gov/programs/digest/d05/tables/dt05_147.asp?referer=list

صفحة 3:

للاطلاع على "Healthy Eating, Healthy Living Flip Char" (البيان التوضيحي: أكل صحي يعني حياة صحية) الصادر عن لجنة الولايات المتحدة لشؤون اللاجئين والمهاجرين:

<http://www.refugees.org/article.aspx?id=1818>

للاطلاع على "Healthy Children, Healthy Choices" (أطفال أصحاء وخيارات صحية) الصادر من مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها:

http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/nutrition/nutrition_for_everyone/quick_tips/healthy_children.htm

للاطلاع على الهرم الغذائي بحسب وزارة الزراعة الأمريكية:

<https://fnic.nal.usda.gov/dietary-guidance/myplate-and-historical-food-pyramid-resources>

صفحة 4:

للاطلاع على "Crossing the Street" (عبور الطريق) الصادر عن جامعة بيتسبرغ:

<http://www.oed.pitt.edu/Files/PDF/Parenting/CrossingTheStreet.pdf>

صفحة 5:

للاطلاع على "Road Wise Complete Traffic Safety Program Toolkit" (نصائح الطريق: مجموعة كاملة من أدوات برنامج السلامة المرورية) يتضمن "Leaving"

"Children Unattended in Cars" (ترك الأطفال بلا مراقبة في السيارات) وموضوعات أخرى، صادر عن منظمة الامتداد التعاوني في تكساس:

<http://fcs.tamu.edu/passenger-safety/traffic-safety-program-toolkit/youth-traffic-safety/>

صفحة 6:

للاطلاع على "Summary of Vehicle Occupant Protection Laws" (ملخص قوانين حماية راكب السيارة) حسب الولاية:

<http://www.nhtsa.gov/staticfiles/nti/pdf/811458.pdf>

للاطلاع على قوانين كل ولاية لأحزمة أمان الأطفال:

http://www.ghsa.org/html/stateinfo/laws/childsafety_laws.html

للاطلاع على متطلبات كل ولاية فيما يخص مقاعد السيارة الداعمة:

<http://www.iihs.org/iihs/topics/laws/safetybeltuse>

للاطلاع على مواد الإدارة القومية لسلامة المرور في الطرق السريعة باللغة الإسبانية، حول سلامة الراكب الطفل:

<http://www.nhtsa.dot.gov/people/injury/childps/CPS-espanol.html>

تابع المراجع:

صفحة 8:

للاطلاع على المزيد من الموارد بخصوص الإشراف ومجالسة الأطفال:

https://www.michigan.gov/documents/mdhhs/homealone_507734_7.pdf

للاطلاع على «إعداد الأطفال للبقاء وحدهم» الصادر عن إدارة خدمات الطفل والأسرة في ولاية إلينوي:

<http://www.illinois.gov/dcfs/safekids/safety/Pages/Preparing-Your-Children-to-Stay-Home-Alone.aspx>

صفحة 9:

يحتوي الموقع الإلكتروني "Parents. The Anti-Drug" (آباء ضد المخدرات) على معلومات باللغات الإسبانية والصينية والفلبينية والكورية والفيتنامية.

<http://www.theantidrug.com/>

صفحة 10:

للاطلاع على موارد وأبحاث حول الممارسات الإيجابية للارتباط بأكثر من ثقافة:

<http://bpl.bc.ca/kids/embracing-diversity/cross-cultural-understanding/professional-resources>

صفحة 11:

لمعلومات عن الملزمين بتقديم البلاغات، اطلع على "Mandatory Reporters of Child Abuse and Neglect" (الملزمون بالإبلاغ عن الإساءة للطفل أو إهماله):

http://www.childwelfare.gov/systemwide/laws_policies/statutes/manda.cfm

للاطلاع على "Positive Discipline" (التأديب الإيجابي) الصادر عن خدمات الامتداد التابعة لجامعة مينيسوتا، وهو متاح باللغات الإنجليزية أو الهمونغ أو الصومالية أو الإسبانية (انقر على اللغة المناسبة ثم على رابط "اطلع على هذا المنشور بصيغة PDF"):

<http://www.extension.umn.edu/family/partnering-for-school-success/preview-and-order/positive-discipline-english/>

وكذلك "Children and Discipline: A Parent's Guide" (الأطفال والتأديب: دليل الوالد) المتاح بخمس عشرة لغة، والصادر عن الجمعية الكندية للصحة النفسية:

http://www.cmha-edmonton.ab.ca/bins/content_page.asp?cid=284-1189-1690-1750&lang=1

صفحة 15:

للاطلاع على توصيف مشروع "New Americans and Child Protection" (الأمريكيون الجدد وحماية الطفل) في سانت لويس بولاية ميزوري:

<http://www.brycs.org/documents/upload/StLouisBrochure.pdf>

للاطلاع على "A Family's Guide to the Child Welfare System" (دليل العائلة إلى نظام رعاية الطفل) الصادر عن اتحاد رعاية الطفل في أمريكا:

<http://66.227.70.18/childwelfare/familyguide.htm>

تابع المراجع:

صفحة 19:

للاطلاع على مواد باللغة الإسبانية حول "التواصل الفعال بين الوالد والمعلم" الصادر عن مركز التربية الفعالة:

<http://parenting-ed.org/Spanish-Handouts/Parent-Involvement/Homework%20-%20Spanish.pdf>

صفحة 20:

للاطلاع على مواد باللغة الإسبانية حول "الواجبات المنزلية: كيف تحفز طفلك" الصادر عن مركز التربية الفعالة:

<http://www.parenting-ed.org/Spanish%20handouts/Homework-%20How%20to%20motivate%20your%20child.doc>

لتوصيات بشأن استخدام الأطفال للإنترنت ووسائل الإعلام، اطلع على موقع الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال:

<https://www.aap.org/en-us/advocacy-and-policy/aap-health-initiatives/pages/media-and-children.aspx>

للاطلاع على "A Parent's Guide to Internet Safety" (دليل الوالد للأمان على الإنترنت) الصادر عن مكتب التحقيقات الفدرالي:

<http://www.fbi.gov/publications/pguide/pguidee.htm>

للاطلاع على صفحات وقائع لجنة التجارة الفدرالية عن "Social Networking Sites: A Parent's Guide" (مواقع التواصل الاجتماعي: دليل ولي الأمر):

<http://www.ictliteracy.info/rtf/pdf/FTC%20Social%20Networking%20Guide%20for%20Parents.pdf>

و "Social Networking Sites Tips for Tweens and Teens" (مواقع التواصل الاجتماعي: نصائح للمراهقات والمراهقين):

http://www.casey.org/media/CLS_ResourceGuides_subdocs_SocialNetworkTweensTeens.pdf

للاطلاع على موارد بالإنجليزية والإسبانية حول الأمان على الإنترنت، قام بتطويرها قطاع المدارس الشمالي الشرقي المستقل في سان أنطونيو بولاية تكساس:

<http://www.neisd.net/health/InternetSafety.htm>

صفحة 24:

للاطلاع على معلومات عن "الرضاعة الطبيعية" و "ضخ حليب الأم" باللغات الإنجليزية والهونغ والإسبانية، الصادر عن منظمة مستشفيات وعيادات الأطفال في ولاية مينيسوتا:

<http://www.childrensmn.org/Manuals/PFS/Alphabetical.asp#PFSDocListB>

للاطلاع على "الرضاعة الطبيعية" وموارد أخرى باللغة الصومالية صادرة عن إدارة الصحة في ولاية مينيسوتا:

<http://www.childrensmn.org/Manuals/PFS/Alphabetical.asp#PFSDocList>

للاطلاع على موارد عن الرضاعة الطبيعية باللغة الصينية والإيطالية والروسية والإسبانية وغيرها من اللغات:

<http://www.lli.org/>

للاطلاع على موارد عن الرضاعة الطبيعية باللغة الفيتنامية والإنجليزية:

<http://nature.berkeley.edu/departments/nut/extension/vietnamese.html>

للاطلاع على "إرضاع مولودك الجديد بالثدي" باللغة العربية الصادر عن منظمة اليونيسيف:

<http://www.unicef.org.uk/BabyFriendly/Resources/Resources-in-other-languages/Arabic-leaflets/>

موارد منظمة BRYCS:

مجموعة أدوات BRYCS:

الاعتناء بالطفل 0

<http://www.brycs.org/documents/upload/EnhancingChildCare.pdf>

رعاية الطفل 0

<http://www.brycs.org/documents/upload/Refugee-and-the-US-Child-Welfare-System.pdf>

التربية 0

http://www.brycs.org/documents/upload/raisingchildreninnewcountry_web.pdf

تنمية الشباب إيجابيًا 0

<http://www.brycs.org/documents/upload/GrowingUpInANewCountry-Web.pdf>

مقالات هامة وقوائم بالموارد البارزة (مقسمة بحسب الموضوع):

http://www.brycs.org/brycs_archive.htm

ممارسات واعدة لبرامج خدمة اللاجئين:

<http://brycs.org/promisingPractices/index.cfm>

مقابلات مع آباء وأمهات من اللاجئين:

http://www.brycs.org/aboutRefugees/parenting_interviews.cfm

موارد موجهة (مقسمة بحسب نوع الشخص المحترف وتتضمن موادًا تعليمية للوالدين):

<http://www.brycs.org/publications/index.cfm>

المنشورات بالترتيب الأبجدي:

http://www.brycs.org/brycs_resources.htm



خدمات مد جسور للتواصل للاجئين الشباب والأطفال

شكر وتقدير

- برزت فكرة هذا الكتيب أثناء زيارة قامت بها منظمة BRYCS لموقع في دنفر بولاية كولورادو في عام 2005، وخاصة بفضل سكوت روبنز من خدمات إسكان ميرسي. ويرجع الفضل في صنع هذا الكتيب إلى التالي ذكرهم من طاقم عمل منظمة BRYCS ومستشاريها:
- قامت لين مورلاند، الحاصلة على ماجستير العمل الاجتماعي وشهادة ماجستير أخرى، ومديرة منظمة BRYCS، بتطوير وتغذية الفكرة وتقديم المعلومات والكتابة (المقدمة/شكر وتقدير) والتحرير النهائي والتنسيق الإجمالي.
 - قامت سوزان شميدت الحاصلة على ماجستير العمل الاجتماعي بإجراء الأبحاث وكتابة النص والاضطلاع بالتنسيق المشروع.
 - قامت لورا غاردنر الحاصلة على ماجستير العمل الاجتماعي ومنسقة المساعدة التقنية في منظمة BRYCS بتقديم معلومات هائلة وبالتحرير والتنسيق الإداري.
 - أنتجت كارول كيمبل بمهارة كبيرة التصوير الإبداعي والتصميم وتنسيق الطباعة لهذا الكتيب.
 - ساهم كل من جان غودرو وشيريل مكافيه من شركة Information Crossroads بخبرتهما في مجال تكنولوجيا المعلومات مما يتعلق بطباعة موقع BRYCS الإلكتروني.

تبدي منظمة BRYCS امتنانها لسو بنجامين من مكتب إعادة توظيف اللاجئين، لتشجيعها ودعمها لهذا المشروع.

تقدر منظمة BRYCS الآراء القيمة التي أبدتها مراجعون عديدون عبر مراحل تطوير هذا الكتيب، ومنهم: غاس أفنيديو من إدارة مينيسوتا للخدمات الإنسانية، ودون بلانكنشيب من لجنة الولايات المتحدة لشؤون اللاجئين والمهاجرين، وجين بلوم من المفوضية الكاثوليكية الدولية للهجرة، وبام بلوم من الخدمات اللوثرية للهجرة واللجوء، ومارتا بريندن من مكتب إعادة توظيف اللاجئين، وآلان ديتلاف من جامعة إلينوي في شيكاغو، وإيلزي إيرنر من كلية هنتر مدرسة العمل الاجتماعي، وديان غارفي من معهد الهمونغ الأمريكي للتعليم، وكيت هيلتون هيوارد كمستشارة، وجين كيم من لجنة الإنقاذ الدولية، وكولين ماهر بريزما من مركز اللغويات التطبيقية، ورالف مكوارتر من قسم سلامة الطفل وديمومته في إدارة مينيسوتا للخدمات الإنسانية، وباوز نانجتشو أمين مظالم مينيسوتا للعائلات من آسيا والمحيط الهادئ، وجين نزيجمانا من خدمات المجتمع الخيرية الكاثوليكية في فينيكس في ولاية أريزونا، ودانيا باستوشيك من لجنة الإنقاذ الدولية، وسكوت روبنز من خدمات إسكان ميرسي، وبيتر سالنيكوفسكي من منظمة الهجرة الدولية/تاييلاند، وبندي ستيفينز من منظمة الهجرة الدولية/كينيا، وجون توسكان من مكتب إعادة توظيف اللاجئين وإدارة خدمات إساءة استخدام المواد والصحة النفسية، وسونيا فيلاسكيز من الجمعية الأمريكية للإنسانية للرفق بالحيوان والطفل، وإستر وانتبرغ من جامعة مينيسوتا مدرسة العمل الاجتماعي، وميليسنت ويليامز من الاتحاد الأمريكي لرعاية الطفل، وسيسيليا ويلسون من إدارة العدل في مقاطعة بولدر.

وأخيرًا وليس آخرًا، تشكر منظمة BRYCS الآباء اللاجئين والمهاجرين على رحلتهم الشجاعة والهبات الكثيرة التي يأتون بها والتزامهم تجاه التحدي فوق العادي المتمثل في تنشئة أطفال في بلد جديد، إن أماننا الكثير لتعلمه من بعضنا البعض.