

راهکارهای تربیتی کودکان و نوجوانان

نویسندگان:

مسعود محمدی

محمد صدر ا محمدی

انتشارات سازنده



ایلام - ۱۳۹۸

سرشناسه	: محمدی، مسعود
عنوان و نام پدیدآور	: راهکارهای تربیتی کودکان و نوجوانان / مولفان مسعود محمدی، محمدصدرا محمدی.
مشخصات نشر	: ایلام: سازنده، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۰ ص: مصور (بخشی رنگی).
شابک	: 978-622-9901-11-3
وضعیت فهرست نویسی	: فیفا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: کودکان -- سرپرستی
موضوع	: تربیت خانوادگی
موضوع	: Domestic education*
موضوع	: رفتار والدین -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Parenting -- Psychological aspects
موضوع	: والدین و کودک -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Parent and Child -- Psychological aspects
موضوع	: والدین و نوجوانان -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Parent and teenager -- Psychological aspects
شناسه افزوده	: محمدی، محمدصدرا، ۳۸۱ -
شناسه افزوده	: Mohammadi, Mohammad Sadra
رده بندی کنگره	: HQ۷۶۹
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۹۶۳۶۶۳



پست الکترونیکی: Nashr.sazandeh@gmail.com

کانال تلگرامی: Nashrsazandeh

راهکارهای تربیتی کودکان و نوجوانان

مؤلفان: مسعود حسینی محمدصدرا محمدی

حروف چینی: محسن رسا

طراح جلد: فاطمه الماسی

ناشر: نشر سازنده

نوبت چاپ: اول

تاریخ چاپ: ۱۳۹۸

شابک: 978-622-9901-11-3

قیمت: ۱۸۰۰۰ تومان

مرکز پخش: ایلام: شرکت مهرپخش دریا

۰۹۱۰۶۷۳۷۸۰۸ - ۰۹۱۹۷۸۹۵۵۰۴

فهرست مطالب

- ۱..... سرآغاز سخن
- ۳..... به بچه‌ها، مهارت‌های زندگی بیاموزید
- ۳..... نیاز کودکان به مهر و محبت
- ۴..... اقتدار از کودک چه زمانی مناسب است؟
- ۴..... الکم بول ندهید
- ۵..... تأثیر فیلم بر کودکان
- ۵..... آموزش رفتارهای صحیح کودک
- ۶..... چرا تا داد نزنم فرزندم به حرد گوش نمی‌کند؟
- ۷..... برخی از نشانه‌های استرس در کودکان
- ۷..... به کودکان برجسب نزنید
- ۸..... به غذاهای کودکان توجه کنید
- ۸..... چگونه تعامل بین کودکان برقرار کنیم
- ۹..... بهتر است بدانید؟
- ۹..... از کار کودکان عیب جویی نکنید
- ۹..... راهکار رفع کاهش عزت نفس در کودکان
- ۱۰..... الگوی مناسبی برای کودکان باشید
- ۱۱..... اگر کودکان در رفتن به کودکانستان مقاومت می‌کند
- ۱۱..... والدین توجه کنند
- ۱۲..... هفت چیزی که فرزندان نیاز دارد که بشود

- ۱۲..... اجازه دهید بچه‌هایتان خاک‌بازی کنند
- ۱۳..... ترساندن کودکان ممنوع!
- ۱۳..... راه مقابله با کودکان لجباز
- ۱۳..... والدین بدانند...
- ۱۴..... مهارت‌های تعامل کودکان با همسالان
- ۱۴..... در تربیت فرزند خود به این نکات توجه کنید
- ۱۵..... فواید بوسیدن کودکان را بدانید!
- ۱۵..... نکات اصلی زندگی فرزندان از تولد تا هیجده سالگی
- ۱۶..... اعتماد به نفس کودکان را بسازید
- ۱۷..... فواید بوسیدن کودک و سبب مادر
- ۱۷..... لجبازی بچه‌ها و برطرف کردن آن
- ۱۸..... چگونه به بچه‌ها رفتار درست آموزش دهیم
- ۱۹..... والدین موفق
- ۱۹..... در جمع؛ فرزندان تحقیر و تنبیه نکنید
- ۱۹..... برخی از مهم‌ترین دلایل کم‌رویی کودک
- ۲۰..... بهترین سن برای علاقه‌مندی بچه‌ها به مطالعه
- ۲۰..... عامل دروغ‌گویی بچه‌ها
- ۲۱..... باور والدین، باور کودک را می‌سازد
- ۲۱..... کدام کودکان خلاقیت بیشتری دارند
- ۲۲..... آموزش زندگی
- ۲۲..... کتاب خواندن

- ۲۲.....کودکان سرزنش نکنید
- ۲۲.....بهترین پدر و مادرها
- ۲۳.....راهکار برخورد با کودک عصبانی
- ۲۳.....توصیه به والدین
- ۲۳.....مأمن آرامش فرزند خود باشید
- ۲۴.....کودکان خود را تشویق کنید، نقاشی کنند
- ۲۴.....محیط زندگی کودک را آرامش بخش کنید
- ۲۴.....بدی‌های رای‌های کمپیوتری
- ۲۵.....رفتار با کودک
- ۲۵.....اگر می‌خواهید فرزندان از شما حرف شنوی داشته باشد
- ۲۶.....کودکان را تنبیه نکنید
- ۲۶.....اگر می‌خواهید کودکان از اوامر شما پیروی کنند
- ۲۶.....در قول دادن به کودک خود هوشیار باشید
- ۲۷.....والدین آگاه بدانند
- ۲۷.....کودک را تحقیر و تهدید نکنید
- ۲۷.....روان‌شناسی کودک
- ۲۸.....تربیت کودک
- ۲۸.....هوشیار باشید
- ۲۸.....مقایسه نکنید
- ۲۹.....در روش‌های فرزند پروری به روز باشید
- ۲۹.....والدین اصول تربیتی نوین را فرا گیرند

- ۳۰ راه غلبه بر بی کفایتی فرزندان
- ۳۰ بایدها و نبایدها
- ۳۱ به بچه‌های خود خویشتن‌داری بیاموزید
- ۳۱ والدین شوخ طبع باشید
- ۳۲ حملات الهام‌بخش بگویید
- ۳۳ فرزندان خود را با پدر بزرگ، مادر بزرگ انس دهید
- ۳۴ با فرزندان خود رابطه متعادل برقرار کنید
- ۳۵ برای بهادینه کردن رفتار خوب در فرزندان
- ۳۶ روش‌های مذاکره
- ۳۶ به درگیری فرزندان بی توجه باشید
- ۳۶ علت ترسو و حسود بودن و عصیان دادن فرزندان چیست؟
- ۳۷ اگر می‌خواهید کودکان فردی مؤثر باشند
- ۳۸ از فرزند خود حمایت عاطفی کنید
- ۳۸ به کودک دستور ندهید، الگوی خوبی باشید
- ۳۹ هرگز این گونه رفتاری نداشته باشید!
- ۳۹ بچه‌های در حال اشتباه کردن، نباید سرزنش شوند
- ۴۰ در تربیت بچه‌ها دقت کنیم
- ۴۰ اصرار بر کنترل کودک نداشته باشید
- ۴۱ وقتی کودکان غذا می‌خورند او را تشویق نکنید
- ۴۲ به سلامت عاطفی فرزندان خود توجه کنید
- ۴۲ اثرات تنبیه

- ۴۳..... روش‌های تربیت کودکان
- ۴۳..... چند روش پیشنهادی برای کنترل خشم کودکان و والدین آنها
- ۴۴..... با دقت به حرف بچه‌ها گوش کنید
- ۴۵..... خود انضباطی را به بچه‌ها بیاموزید
- ۴۵..... فرزندان ربات نیستند
- ۴۶..... د، ا و کش مکش نکنید
- ۴۶..... در تربیت فرزندان خود، هماهنگ باشید
- ۴۶..... نکات ضروری در ارتباط با فرزندان
- ۴۷..... انتظارات خود را متعادل کنید
- ۴۸..... کودکان سازگاری با والدین را می‌گیرند
- ۴۸..... راه‌های پرورش خلاقیت و عزت نفس کودک
- ۴۸..... عوامل ایجاد ترس در کودک را بشناسید
- ۴۹..... چگونه کودک خود را تشویق کنید
- ۴۹..... با فرزندان خود سخت گیر نباشید
- ۵۰..... افکار و اندیشه‌های مثبت و سازنده به کودکان خود تلقین کنید
- ۵۰..... در خرید اسباب بازی زیاده روی نکنید
- ۵۰..... راهکارهای موثر با کودک خجالتی
- ۵۱..... بچه‌ها را تنبیه نکنید
- ۵۱..... داد زدن والدین، حرف نشیدن بچه‌ها
- ۵۲..... شخصیت بچه‌ها را تخریب نکنید
- ۵۲..... آنچه برای بچه‌ها مهم است

- ۵۲..... برای لکنت زبان بچه‌ها چه باید کرد.....
- ۵۲..... چگونه با بدخلقی‌های کودکان برخورد کنیم.....
- ۵۳..... از حضور فرزندان لذت ببرید.....
- ۵۳..... از تلاش کودکان خود تقدیر کنید.....
- ۵۳..... بگذارید بچه‌ها با چالش‌ها مواجه شوند.....
- ۵۴..... اوقات فراغت کودکان را پر کنید.....
- ۵۴..... مراقب باش.....
- ۵۴..... چگونه کودک مستعد می‌شود؟.....
- ۵۵..... به کودکان خرد احتیاج بگذارید.....
- ۵۵..... خانواده و نقش آن در رشد فرزندان.....
- ۵۶..... چگونه در خانواده با فرزندان برخورد کنیم؟.....
- ۵۶..... تاثیر فیلم بر کودکان.....
- ۵۷..... آموزش رفتار صحیح به کودک.....
- ۵۷..... چرا تا داد نزنم فرزندم به حرفم گوش نمی‌کند؟؟.....
- ۵۸..... برخی از نشانه‌های استرس در کودکان.....
- ۵۹..... به کودکان برجسب نزنید.....
- ۵۹..... اصرار بر کنترل کودک نداشته باشید.....
- ۶۰..... وقتی کودکان غذا می‌خورند او را تشویق نکنید!.....
- ۶۰..... علت ترسو و حسود بودن و زود عصبانی شدن کودک چیست؟.....
- ۶۱..... اگر می‌خواهید کودکان فردی موفق شود؟.....
- ۶۲..... بچه‌های در حال اشتباه کردن، نباید سرزنش شوند.....

- ۶۲ به جای کودکان جواب ندهید
- ۶۳ از فرزند خود حمایت عاطفی کنید
- ۶۳ به کودک دستور ندهید، الگوی خوبی باشید
- ۶۴ هرگز اینگونه رفتاری نداشته باشید ...
- ۶۴ عواملی که زمینه ساز رشد شناختی و هوشیهر کودک می شود
- ۶۵ عاملی که یادگیری کودکان را تحت شعاع قرار می دهد!!
- ۶۵ شرایط فرزند پروری
- ۶۶ کودکان آسرو و آسروسی چه ویژگی های دارند
- ۶۷ بیشتر بدانید
- ۶۸ تاثیر استمرار محبت والدین
- ۶۸ کودکان را دور از سیگار نگه دارید
- ۶۹ سلامت هیجانی کودکان
- ۶۹ با فرزندان خود بد رفتاری نکنید
- ۷۰ چه عواملی بر رشد کودکان تاثیر دارد
- ۷۰ بهزیستی کودکان
- ۷۱ با کودک خود درد دل نکنید
- ۷۱ بین فرزندان خود فرق نگذارید
- ۷۲ به کودکان خود اجازه تصمیم گرفتن را بدهید
- ۷۲ فایده آمدن بر ترس کودکان
- ۷۲ جاق شدن کودکان
- ۷۳ ترس کودکان

۷۳	تنبیه بچه‌ها ممنوع
۷۳	بهتر است بدانید!!
۷۴	ویژگی‌های کودکان و نوجوانان سالم و موفق
۷۵	روش‌های تقویت اعتماد به نفس در کودکان و نوجوانان
۷۶	انتظارات نوجوانان از والدین
۷۷	نوجوانی
۷۸	هویت پیش از گسیخته در نوجوانان
۷۸	رایج‌ترین مشکلات روانی نوجوانان
۷۹	فرزندان طلاق چه خواصی دارند؟
۷۹	نوجوانان و محیط اجتماعی
۷۹	نوجوانان و ورزش
۸۰	نوجوانان و خواب
۸۱	بسترهای محیطی رشد بچه‌ها
۸۱	اهمیت نوجوانی
۸۱	دوره نوجوانی و مسئولیت پدر و مادر
۸۲	اعتماد به نفس را در نوجوانان تقویت کنیم
۸۳	عواملی که زمینه ساز اضطراب نوجوانان است
۸۴	بهتر است بدانید!!
۸۵	منابع و مآخذ

سرآغاز سخن:

یکی از مهم‌ترین مسائل و مشکلات والدین و مربیان رفتارهای چالش‌برانگیز کودکان و نوجوانان است که برای غلبه بر آنان، نیاز به آگاهی و فهم عمیق و مطالعات ژرف در رابطه با کودکان و نوجوانان در باشد. به گونه‌ای که مهارت و توانمندی‌های لازم در مقابله با رفتارهای بحران‌ساز آنان، در خود ایجاد نمایند. و این میسر نمی‌شود مگر با مطالعه کتاب‌های مرتبط با تربیت کودک و نوجوان.

این کتاب نیز از همین راستا نگارش یافته است و به والدین کمک می‌کند که مسیری درست در هدایت فرزندشان انتخاب نمایند و رفتارهای مناسب و تأثیرگذار در تربیت صحیح آنان و از خود بروز دهند.

راهکارهای تربیتی در این کتاب، یک فرآیند روش گام به گام در مهارت فرزند پروری بوده و پاسخ‌گوی بسیاری از دغدغه‌های والدین در تربیت فرزندان و آموزش آنهاست. روش‌های مداخله و روش‌های میان فردی صحیح بین والدین و فرزندان در این مجموعه گردآوری شده است که توجه و عمل به آنها، امنیت، محبت، اعتماد به نفس و سلامت روان فرزندان را به دنبال خواهد داشت.

مطالب این کتاب پاسخ‌گوی بخشی از خواسته‌ها و انتظارات والدین و مربیان در تربیت کودکان و نوجوانان مسئولیت‌پذیر، پاسخ‌گو و دارای رفتارهای بهنجار و موفق در تحصیل و زندگی است.

پیام‌ها و توصیه‌های این مجموعه در کسب مهارت‌های فرزند پروری و تربیت صحیح آنان، بسیار نقش آفرین و مؤثر است. امیدواریم با مطالعه این کتاب؛ گامی مؤثر و سازنده در کسب مهارت‌های فرزند پروری صحیح بردارید و بتوانید فرزندانی مسئولیت‌پذیر، شاداب، منطقی و دارای اعتماد به نفس و... تربیت نمایید.

«خداوند چه کاره بابان کار تو خوشنود باشی و ما رستگار»

با احترام

مسعود محمدی - محمد صدرا محمدی