

5541

کلمات را خوب پرورش بده

اصول و روش تعلیم و تربیت فرزند

علی محمدی شیری

www.ketabir.ir

فهرست مطالب

۱۱	پیش گفتار
	فصل اول: فضای خانواده، بستر و زمینه رشد و تکامل
۱۷	آماده سازی خود، خانه و خانواده
۱۹	فرا خانه و ا به مرکز سازگاری و همگرایی تبدیل کنید!
۲۰	مشاوره با اعضای خانواده را در دستور کار قرار دهید
۲۰	رفتار های ناسازگار را از خانه خود دور سازید!
۲۱	روابط خراب همسر و فرزندان را گرم نگاه دارید!
۲۱	محیط و فضای فیزیکی خانه را زیبا، شاداب و کودکانه ترین کنید.
	فصل دوم: مستقن ها و تقاضی های لازم و ضروری
۲۵	۱. شناخت ابعاد وجود کودک انسان
۲۶	۲. شناخت استعداد و تمایلات عالی انسانی
۲۷	۳. شناخت هوش های پنج گانه
۲۸	۴. شناخت نیازهای روانی و عاطفی
۳۰	۵. شناخت هدف تعلیم و تربیت
۳۱	۶. شناخت جایگاه زیر بنایی خانه و خانواده
۳۲	۷. شناخت نقش های خود و تلاش برای ایفای آنها
۳۳	۸. شناخت عوامل شش گانه سلامتی
۳۳	۹. شناخت جدول رشد کودک کان و مراحل آن
۳۳	الف. جدول رشد
۴۱	ب. مراحل رشد
۴۳	۱۰. شناخت روش تعلیم و تربیت

فصل سوم: گفت‌وگو و ارتباطات کلامی با فرزند

کلمات، واژه‌ها، الفاظ و جملات سمی، بیماری‌زا، معیوب‌ساز و تخریب‌گر ۴۸

۱. کلمات ترس‌آور و هراسناک ۴۸

۲. کلمات سرزنشگر و ایجادکننده باور و احساس بد بودن! ۵۰

۳. کلمات تحقیرآمیز: ۵۱

۴. کلمات تنفرآمیز و طردکننده: ۵۲

۵. کلمات سلب‌کننده اختیار و آزادی معقول و شکسته حریم: ۵۳

ارتباط و همبستگی کلمات سمی پنج گانه ۵۵

رازهای سرک آسیب دیدگی با کلمات سمی، بیماری‌زا، حزن‌آفرین، معیوب

ساز و تخریب‌گر ۵۵

واژه‌ها و جملات نیربخش: چون ساز، سرور آفرین، رشد و تکامل دهنده ۵۸

نتایج و پیامدهای استفاده از کلمات سرور آفرین و حمایت‌گرانه ۵۸

فصل چهارم: حال و سار و حفاظت‌گر، ایمنی بخش و عزت‌آفرین

۱. پذیرش کامل ۶۴

فرزند خود را با رضایت و خوشنودی کامل بپذیرد و شکر گزار باشید! ۶۴

آرزوی گونه‌ای دیگر از فرزند، نداشته باشید، زبان نیاورید!! ۶۴

از پوشیدن لباس و قلم‌های نامناسب با جنسیت فرزند خودداری کنید ۶۵

همواره در چهره فرزندتان، لبخند بزنید! ۶۵

همواره سپاسگذار فرزند خود باشید؛ نه طلبکارش! ۶۵

از وجود، جنسیت، قیافه و اعمال و رفتار کودک‌تان، اظهار شادمانی کنید ۶۶

با انتخاب پوشاک متناسب، او را در پذیر جنسیت خود یاری کنید ۶۶

برای فرزندتان، نام و اسمی زیبا، انتخاب کنید! ۶۶

۲. توجه همه جانبه، کامل و تام ۶۶

به همه امور کودک خود، توجه داشته باشید! ۶۶

همواره با لذت، به سخن و صحبت‌های فرزندتان، گوش دهید! ۶۷

- ۶۷ بیشتر شنونده باشید نه گوینده، بیشتر پذیرنده باشید نه فرمانده و اجبارگرا
- ۶۸ ۳. آغوش، لمس، نوازش و بوسیدن ۶۸
- ۶۸ کودک‌کشان را با مهریانی در آغوش بگیرید، نوازش کنید و ببوسید
- ۶۸ در آغوش گرفتن، نوازش و بوسیدن، آثار مثبت زیادی دارد
- ۶۸ بچه‌ها را به زور بغل نکنید و به آغوش کسی نفرستید
- ۶۹ ۴. ابراز عشق و محبت ۶۹
- ۶۹ تداوم ابراز عشق و محبت به فرزند، ضرورت دارد
- ۶۹ به فرزندان، به فرزندان، عشق و محبت، تقدیم کنید
- ۷۰ در سنین وجود فرزندان، عشق و محبت بکارید تا برای همیشه، قدرشناسی و نیکی، درو کنید
- ۷۰ دوست داشت: کودک را مشروط به هیچ چیزی و هیچ کاری مکنید
- ۷۱ از ابراز عشق و محبت، به صورت تنبیه، سلاح و تهدید استفاده نکنید
- ۷۱ خوددوستی و دگر درشتی را به کودک‌کشان یاد بدهید
- ۷۲ ۵. همراهی و همدلی ۷۲
- ۷۲ در حد فهم و با زبان کودکانه، با او سخن شنوید
- ۷۲ با کودک خود، بازی کنید و برای او زمینه لازم بازی را فراهم آورید
- ۷۲ با جستجوگری کودکان، همراهی کنید
- ۷۳ از شادی و شور و نشاط کودکان، ممانعت و جلوگیری نکنید
- ۷۳ از احساسات فرزندان جلوگیری نکنید
- ۷۳ از ابراز احساسات منفی کودکان، جلوگیری نکنید؛ بلکه با آن همدلی کنید
- ۷۴ این گونه با کودک خود، همدلی کنید
- ۷۵ ۶. تغذیه و سلامت کودکان ۷۵
- ۷۵ قبل از هر اقدام، به کودک‌کشان، اطلاع رسانی کنید
- ۷۵ هیچ گاه با اجبار و زور به فرزندان غذا ندهید
- ۷۵ با مهریانی و همراهی، دوست داشتن خود و مراقبت از بدن را به کودکان بیاموزیم

- مسایل بهداشتی را با لذت و تفریح و بازی به کودکان بیاموزید تا آن را به خوبی بیاموزد..... ۷۶
- کودک خود را به تدریج با ورزش آشنا کنید!..... ۷۶
- از گوش و قدرت شنیداری کودک خود مراقبت کنید..... ۷۶
۷. تأیید، تحسین و تقدیر..... ۷۷
- همواره کودک کتان را تأیید و از او تعریف و تحسین کنید!..... ۷۷
- از فرزند خود، قدرانی و قدرشناسی کنید..... ۷۷
- به تشویق کودک خود بپردازید و از انتقاد، حمله و طرد او خودداری کنید!..... ۷۷
۸. احترام و پاسداشت عزت و حرمت کودک..... ۷۸
- اسرام، به اعتماد و عزت نفس..... ۷۸
- کودک خود را آزاد بگذارید!..... ۷۸
- با کودک خود بچنان برخورد کنید که از او در مقابل خودتان، انتظار دارید!..... ۷۸
- خودکفایی و اعتماد به خود را به کودک آموزش دهید!..... ۷۹
- حریم احساسات کودکان خود را به او بیاموزید!..... ۷۹
- بازیگوشی فرزندان را به حساب و بهجت و لجاجت مگذارید!..... ۷۹
۹. حمایت، دفاع و پشتیبانی..... ۸۰
- نگذارید هیچ کس با تکیه بر نقاط حساس و آسیب پذیر فرزندان، لذت ببرد!..... ۸۰
- از کودکان خود در برابر تجاوز و هر گونه تجربه جنسی، محافظت کنید!..... ۸۰
- برای دادن پول به بچه ها، بازی در نیاورید و منت نگذارید!..... ۸۱
۱۰. برقراری روابطی گرم، صمیمانه و لذت بخش..... ۸۲
- روابط شما با کودکان، منش و شخصیت او را شکل می دهد!..... ۸۲
- از کلیه روابطی که موجب اذیت و روان رنجور شدن کودک، می شود، دست بکشید!..... ۸۲
- برقراری رابطه لذت بخش با فرزندان، زمینه یادگیری و رشد او را فراهم می آورد..... ۸۲
- روابط درد و رنج آور روانی و عاطفی، بسیار سخت تر و سنگین تر از درد و رنج های بدنی است!..... ۸۳
- تجربه دل بستگی و دل بندی ایمن برای کودکان فراهم آورید!..... ۸۳

۱۱. به رسمیت شناختن استقلال و آزادی ۸۴
- انسان، قدرت تصمیم گیری را از کودک خود نگیرد؛ بلکه آن را افزایش دهد! ۸۴
- به فرزند خود اجازه انتخاب بدهید تا رشد کند و زندگی مناسب خود را یابد! ۸۴
- عدم اطاعت و مخالفت کودکان را به حساب لجبازی و بدجنسی آنها نگذارید! ۸۴
- به «نه گفتن» فرزندان، لبخند بزنید! آن را لجبازی مپندارید! ۸۵
- فرزندان را به دیگران، بدهکار مکنید و قدرت «نه گفتن» را از او نگیرید! ۸۵
- بگذارید بچه ها خاک بازی و کیف کاری کنند!!! ۸۵
- بجای به او بیاموزید نه وابستگی را!! ۸۶
۱۲. اجازه خود ۸۶
- اجازه دهید هر کودک خود را بشناسد ۸۶
- به بچه ها کمک کنید تا آن کسی بتواند و می خواهند، بشوند نه آن که شما می خواهید! ۸۶
- بر اساس ایده و قالب ای ذمه خود به تعلیم و تربیت کودکان، میردازید! ۸۷
- فرزندان شما برای آینده آفرینند؛ نه گذشته! ۸۷
- نگاه خود را تغییر دهید، نه آن که بر صدد تغییر فرزندان خود باشید! ۸۷
- با واقعیت دنیای کودکان، آشنا و نزدیک شوید؛ خیال پردازی نکنید! ۸۸
- فرزندان را به نمایشگری و اظهار محبت، مجبور نکنید! ۸۸
- مقایسه با هر کسی، در هر شرایطی و با هر نیست و آنکه ای آسیب زننده و ممنوع است! ۸۸
۱۳. تامین امنیت و آرامش ۸۹
- ایجاد احساس امنیت و آرامش، مهمترین خدمتی است که شما می توانید به فرزندان تقدیم کنید! ۸۹
- ثبات و امنیت در زندگی کودکان، عامل سلامتی و احساس آرامش است! ۸۹
- هرگز محیط زندگی کودک را با اضطراب، جیغ و داد زدن، پرخاش و خشونت، نا ایمن نکنید! ۹۰
- نزد کودک با همسران دعوا مکنید و او را به دآوری و یاری فرا مخوانید! ۹۰

- مشکلات، ناراحتی و نگرانی خود را با کودکان، در میان نگذارید!..... ۹۰
- اختلافات خود با دیگران را به کودکان تان منتقل نکنید!..... ۹۱
۱۴. رعایت عدالت و عدم تبعیض..... ۹۱
- بین فرزندان، فرق نگذارید!..... ۹۱
- عدالت بی فرزندانان را رعایت کنید..... ۹۱
- از پدید آمدن روابط ناسالم بین فرزندانان پیش گیری کنید!..... ۹۲
- در دادن هدیه، از دختران آغاز کنید..... ۹۲
۱۵. ایجاد نگرش مثبت و مسئولیت پذیری..... ۹۲
- زن و احباب کودک خود را درست نگارش و برنامه نویسی کنید!..... ۹۲
- مسئولیت پذیران را به فرزندان، بیاموزید!..... ۹۳
- فصل پنجم: اجتناب از اعمال و رفتار تخریبگر، معیوب و ناقص ساز**
۱. اجتناب از نرساندن..... ۹۸
۲. اجتناب از هر گونه تمکیر..... ۹۹
۳. اجتناب از تمسخر و دست انداختن..... ۱۰۱
۴. اجتناب از امر و نهی، اجبار و تحس..... ۱۰۱
۵. اجتناب از گیر دادن و نق زدن..... ۱۰۲
۶. اجتناب از بازجویی، سرزنش، توهین، تویخ و اعاده..... ۱۰۳
۷. اجتناب از قهر کردن و محازات عاطفی..... ۱۰۴
۸. اجتناب از مچ گیری، شرمنده سازی و احساس گناه..... ۱۰۵
۹. اجتناب از مجادله و جر و بحث..... ۱۰۷
۱۰. اجتناب از قضاوت و داوری..... ۱۰۷
۱۱. اجتناب از برجسب زدن و نامگذاری منفی..... ۱۰۸
۱۲. اجتناب از تهدید..... ۱۰۸
۱۳. اجتناب از خشونت و تنبیه بدنی..... ۱۰۹
۱۴. اجتناب از عروس و داماد نمودن..... ۱۱۱
۱۵. اجتناب از شکل گیری هویت جنسی ناسالم..... ۱۱۱

بخش گفتار

تشکیل خانواده و پدید آمدن زندگی مشترک، اغلب از سوی خداوند آفرینش با دریافت دسته گل هایی خوشبو و معطر، به نام فرزندان، همراهی و تأیید می گردد و انتظار است که این گل های جدید است که جهان انسانیت نیز گسترش می یابد و بوستان بشری، طراوتی نوین می یابد و نسل بشر در روی زمین، تداوم پیدا می کند.

در این میان، مهمترین مسئولیت و وظیفه پدر و مادر، شناختن و آموختن راه و ورش صحیح حفظ، مراقبت، رشد و شکوفا ساختن این گل های زیبا، متنوع و سراسر پر از عطر و بوی انسانیت، طریقت پاک، صداقت، راستی، درستی و نیکی است؛ تا جهان به گلستانی زیبا و معطر تبدیل شود و زندگی، لذت بیشتری فراهم سازد و رنج کمتری را در برآورد.

تعلیم و تربیت کودک، کار ساده ای نیست؛ علم، مهارت، تخصص و هنری، دانش محور و کاری بسیار ظریف و دقیق است، باید از آراختن و به کار بستن و گرنه، با آن که بچه هایمان را دوست داریم و هدف، انگیزه و نیت خوب و زیبایی داریم، وقت بسیاری صرف بچه ها می کنیم و پول و هزینه زیادی برای آنها می پردازیم و حرص و جوش فراوانی در این زمینه می خوریم و برای بالا بردن دانش، مدرک تحصیلی و برای رشد آنها،

خود را به هر آب و آتشی می‌زنیم و به خاطر تأمین آینده‌شان، سختی‌های زیادی را متحمل می‌شویم، ولی به آنها آسیب‌های جدی می‌زنیم و خسارات جبران‌ناپذیری وارد می‌کنیم و آنها را معیوب و ناقص می‌سازیم! با کمال تأسف، ما به دلیل ناآشنایی و بلد نبودن تعلیم و تربیت کودکان، محیط خانه را به پادگان نظامی یا محیطی خشک و بی‌روح، تبدیل ساخته و فکر می‌کنیم که باید خودمان در آن فرماندهی و امر و نهی کنیم! ما خانه خود را میدان جنگ قدرت، التهاب و تشنج و نزاع و مخاصمه قرار داده‌ایم و بدین گونه است که ندانسته و ناخواسته به فرزندانمان، ظلم و ستم می‌کنیم و به آزار و اذیت و شکنجه آنها می‌پردازیم و خودمان را نیز نزد آنان، افرادی زورگو، ارباب و بدرفتار جلوه می‌دهیم و زمینه مخالفت، عصیان، سرپیچی، جناب‌داری، حرمت شکنی و عاق والدین شدن آنان را فراهم می‌آوریم و آخرت آنها را از همانند دنیای‌شان، سوزان و پیراز رنج و عذاب می‌سازیم!

ما با اقدامات نسنجیده خود، آنها را به خردشان نیز بدبین می‌کنیم و آنها را نزد خودشان، افرادی بد و گناهکار می‌سازیم و در نتیجه اعتماد، عزت و حرمت نفس آنها را ضعیف یا نابود می‌کنیم!!!!

آری زشت‌ترین تراژدی بشری و مصیبت بارترین فاجعه انسانی، همین ضربات سهمگین و هولناکی است که والدین ناآگاه، ندانسته و ناخواسته به فرزندان خود، وارد می‌سازند. با کمال تأسف، این تخریب، ناقص و معیوب ساختن روانی و عاطفی کودکان مان، فقط و فقط معلول جهل و نادانی و بلد نبودن و یاد نگرفتن تعلیم و تربیت کودک است و با اندکی وقت گذاشتن و فرا گرفتن اصول و شیوه‌های آن، می‌توان از این تراژدی بزرگ، جلوگیری نمود!

بنا بر این قبل از بچه دار شدن، با فراگیری دانش تعلیم و تربیت کودک، خود را آماده سازید و اگر دارای فرزند هستید، آموختن این دانش و مهارت را در اولویت قرار دهید و برای آن وقتی اختصاص دهید! و گر نه محصول عملکرد غلط و نادرست خود را خیلی زود می بینید و رنج و ذاب و تلخی بسیاری را در طول زندگی خود خواهید چشید و خواهید چشاند. و در آخرت نیز نخواهید توانست پاسخگوی خداوند باشید که چرا تعلیم و تربیت کودک را یاد نگرفته اید و این همه فجایع به بار آورده اید! توصیه داشت باشید اقدامات نیک و زیانبار شما در زمینه تعلیم و تربیت فرزند و آثارش، نوشته می شود و از شما در مورد آن سوال خواهد شد؛ پس مواظب باشید و پس از پیش در این عرصه دقت کنید. خداوند در قرآن کریم به صراحت بر ما هشدار داده است:

نکتب ما قدموا و آثارهم؛ و آثارهم؛ و بدی ها که پیش فرستاده و آثاری که از شما بر جا مانده، را ثبت می کنم. «سوره یس، آیه ۱۲»
همواره از خداوند بزرگ استمداد کنید تا در حفاظت، آموزش و پرورش و رشد و شکوفایی انسانی سالم، شاداب، یمن مودب، پاک و پاکیزه، یار و یاورتان باشد.

آنچه در این نوشتار مختصر تقدیم می شود، چهل نکته مهم بخش و بیدارگر در مورد اصول و روش صحیح آموزش و پرورش کودکان است که در پنج فصل ساماندهی شده است:

فصل اول: فضای خانواده، زمینه و بستر رشد و تکامل

فصل دوم: دانستنی های لازم و ضروری

فصل سوم: گفتمان و ارتباطات کلامی با فرزند

فصل چهارم: افعال و رفتار حفاظت گر، ایمنی بخش و عزت آفرین

فصل پنجم: اعمال و رفتار تخریب گر، معیوب و نقص آفرین

امید است که با توجه به آموختن و به کار بردن آنها، زندگی زیباتر،

شادتر و بهتری برای فرزندانمان فراهم آوریم. ان شاء الله.

برلین - شهریور ۱۳۹۵

علی محمدی آشنانی

www.ketab.ir