

زندگی زیباست ۱

هفتاد نکته‌ی کلیدی در

تربیت فرزندان

مؤلف:

مریم صندوقچی

سرشناسه: صندوقچی، مریم

عنوان و نام پدیدآور: زندگی زیباست ۱ / مریم صندوقچی

مشخصات نشر: تهران: یار دانش، ۱۳۹۳

مشخصات ظاهری: ۱۸۲ ص

شابک: 978-600-7162-24-8

وضعیت فهرست نویسی: فیا

سوء: عین و کودک، رفتار و والدین، کودکان، روان‌شناسی، اعتماد به نفس

کتابان: عاطف در کودکان، عزت نفس در کودکان

رده بندی: HQ۷۵۵/۸۵/ص۹ز۹، ۱۳۹۳

رده بندی: ۳۰۰۸۷۴

شماره کتابشناسی: ۳۴۱۰۲

✓ عنوان: زندگی زیباست ۱

✓ تألیف: مریم صندوقچی

✓ طراح جلد و صفحه‌آرا: زهرا صندوقچی

✓ نوبت چاپ: اول ۱۳۹۳

✓ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۶۲-۲۴-۸

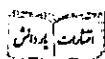
✓ ناشر: یار دانش

✓ شمارگان: ۱۰۰

✓ قیمت: ۸۰۰ تومان

نشانی: تهران، پاسداران، ساقدوش، بوستان نهم، پلاک ۳۷، زنگ یک، پ.م.

تلفن: ۰۲۱-۲۲۵۶۷۲۵۸



انتشارات یار دانش

یادداشت نویسنده

خالق زمره است، نقاش طبیعت و دادار جهان را سپاس که این فرصت را به من بخشید. آنچه من آموخته و آنچه توان آموختنش را به من عطا نموده، در اختیار شما بگذارم. زندگی زیباست مجموعه‌ای است برای آنکه بتوانیم خالق اثری باشیم که فک و فکر، تالوی آن، برای یک بار به تصویر درمی‌آید؛ تابلویی به نام زندگی. باشد که این اثر در به تصویر کشیدن این اثر جاودان، یاری بگیرید.

مریم صندوقچی

تقدیم به

گلها، به نجیب زندگیم، که همواره خوشبختی و موفقیت آنها، شیرین‌ترین
لحظه‌های زندگی مرا به خود اختصاص داد. به آنها که با لبخندشان خندیدم و
با قطرات اشکشان، همدرد شدم.

تقدیم با عشق به فرزندانم، علی، بشری و ناصر

فهرست

صفحه

- ۱..... تقاضای محبت کودکان را به او یادآوری و از او قدردانی کنید
- ۳..... محبت افزایش عزت نفس فرزندان کوشا باشید
- ۵..... محبتی آرام و بی‌شمار برای زندگی فرزندان، فراهم کنید
- ۷..... از امر و نهی بی‌پایان و بی‌درنگ بپرهیزید
- ۹..... به فرزندان خود نشان دهید که چگونه باید رفتار کنند
- ۱۱..... پیام «تو برایم مهم هستی» آنها بدهید
- ۱۳..... بچه‌ها را تأیید کنید
- ۱۵..... به فرزندان خود، عشق و محبت بدهید
- ۱۹..... کودک خود را نادیده نگیرید
- ۲۱..... نوازش به کودک خود را فراموش نکنید
- ۲۵..... اضطراب بیش از اندازه و بی‌جا ایجاد نکنید
- ۲۹..... بچه‌ها را از پدر و مادر نترسانید
- ۳۱..... اجازه تصمیم‌گیری در امورشان را، به آنها بدهید
- ۳۳..... انتظارات خود را از کودک، شفاف و صریح بیان کنید
- ۳۵..... نوازش و ابراز محبت آنها را رد نکنید
- ۳۷..... برخی از خواسته‌های کودکان را آگاهانه به تعویق بیندازید
- ۳۹..... در انجام کارها به او اعتماد کنید

- در انجام کارها با آنها مشورت کنید..... ۴۱
- حس همدلی را به آنها نشان دهید..... ۴۳
- به آنها اجازه بیان احساساتشان را بدهید..... ۴۵
- محیطی ثابت و قابل پیش‌بینی فراهم کنید..... ۴۹
- قابلیت «نه شنیدن» را در آنها تقویت کنید..... ۵۱
- عذرخواهی کودک را بپذیرید..... ۵۵
- در برابر کودک، انعطاف‌پذیر باشید..... ۵۷
- از «ش» و «تو» گفتگو، درست استفاده کنید..... ۶۱
- در تربیت فرزند، با همسر خود، هم فکر و هم جهت باشید..... ۶۳
- جایگاه فرزند را در خانه به آنها، بشناسانید..... ۶۵
- به حریم شخصی کودک، دست نزنید..... ۶۷
- خشم خود را کنترل کنید..... ۷۱
- کودکان را تشویق کنید..... ۷۵
- به کودکان خود مسئولیت بدهید..... ۷۷
- کنترل خشم را به کودکان خود آموزش دهید..... ۷۹
- گوشی نسلوا برای آنها باشید..... ۸۱
- «رفتار» کودک را نقد کنید نه «خود» کودک را..... ۸۳
- نقش جنسی کودکان را به آنها آموزش دهید..... ۸۵
- باورهای ناسالم در تربیت فرزندان را اصلاح کنید..... ۸۷
- بدقولی نکنیم..... ۸۹
- در لحظه‌های شاد و خوب زندگی کنار او باشید..... ۹۱

- انتقاد نکنید..... ۹۳
- نقش تکیه‌گاه خوب و سازنده‌ای را برای او ایفا کنید..... ۹۷
- آرزوها و رؤیاهای خودتان را فدای فرزندان، نکنید..... ۱۰۱
- قاطعیت داشته باشید..... ۱۰۵
- خود را به جای کودکان قرار دهید..... ۱۰۷
- در جهت شناسایی استعدادها، به کودکان خود کمک کنید..... ۱۰۹
- به تدریس کودکان خود، حساس باشید..... ۱۱۱
- جلسات مشاوره‌ای تشکیل دهید..... ۱۱۳
- از فرزندان به روشی مناسب انتظار داشته باشید..... ۱۱۵
- به آنها نشان دهید می‌تواند به ما اعتماد کنند..... ۱۱۷
- اشتباهات خود را بپذیرید..... ۱۲۱
- روابط زناشویی خود را نادیده نگیرید..... ۱۲۳
- با فرزندان خود متناسب با نقش جنسی رفتار کنید..... ۱۲۵
- از نصیحت بپرهیزید..... ۱۲۷
- کمال‌گرا نباشید..... ۱۲۹
- موفقیت‌های کودکان را به او یادآور شوید..... ۱۳۱
- به کودک خود، احترام بگذارید..... ۱۳۵
- نگرش مثبت به کودک داشته باشید..... ۱۳۷
- برای تفریح و گردش فرزندان خود وقت بگذارید..... ۱۴۱
- در حضور فرزندان با یکدیگر جدال نکنید..... ۱۴۳
- در فراگیری ارتباط جمعی، فرزندان خود را یاری کنید..... ۱۴۵

- از تنبیه آنها خودداری کنید..... ۱۴۷
- علاقه مشترک با فرزندانتان ایجاد کنید..... ۱۴۹
- به رفتار، افکار و احساس خود توجه کنید..... ۱۵۱
- عشق ورزیدن را به کودکان آموزش دهید..... ۱۵۳
- مقایسه کودک خود با دیگران پرهیزید..... ۱۵۵
- از پرسیدن سؤالات غیر ضروری اجتناب کنید..... ۱۵۹
- بازنظرارای خود را به فرزندان بدهید..... ۱۶۱
- به فرزندان خود عشق به طبیعت را آموزش دهید..... ۱۶۳
- یکدیگر را در خانه فرزندان تخریب نکنید..... ۱۶۵
- فرزندان را بدین گونه ترویج کنید..... ۱۶۷
- فرزندان را به انجام آنچه در گذشته علاقه داشته‌اید، وادار نکنید.... ۱۶۹