

تکنیک های تربیت کودک

مؤلفان

سمانه حسن آبادی

نادیا افرادی کندوانی

رزیتا شرافتی

زهرا سادات هاشمی

فهرست مطالب

پیشگفتار	۶
ساختار خانواده ها	۹
ساختار عاطفی خانواده ها	۱۹
ساختار رفتاری خانواده ها	۲۲
نقش های جدید خانواده در ایجاد احساس امنیت	۲۵
ویژگی های خانانه ده ساله رشد دهنده	۲۵
تربیت اخلاقی و عاصد کار	۲۶
مهارت های اساسی در تربیت فرزندان	۳۹
چگونه می شود رابطه بهتری با فرزندان داشته باشید ؟	۴۱
با کودک تان صحبت کنید	۴۲
گوش دادن فعال	۴۴
راه های گوش دادن فعال	۴۵
تقویت اعتماد به نفس در کودک	۴۷
روش های اصل تربیت	۵۲
چگونه تحسین کنیم	۵۴
چگونه نادیده بگیریم	۵۹
چطور تنبیه کنیم	۶۵

- تنبيه بدنې بايد كنترول شده و مختصر باشد..... ۶۹
- مشكلات رفتاری كودكان و نحوه ی مقابله ی صحیح با آن..... ۷۱
- قشقرق..... ۷۲
- پرخاشگری..... ۷۶
- دره غگویی..... ۷۸
- رقابت خواهر و برادرها..... ۸۰
- مشكلات خوابیدن..... ۸۴
- مشكلات رفتن به رختخواب..... ۸۵
- بیدار شدن محرم..... ۸۶
- كابوس های شبانه و وحشت..... ۸۷
- ترس ها و اضطراب ها..... ۸۸
- مشكلات رفتاری داخل اتومبیل..... ۸۸
- مشكلات رفتاری هنگام غذا خوردن..... ۸۹
- مشكلات در زمان لباس پوشیدن..... ۹۲
- تربیت سازنده در فرزندان..... ۹۵
- اصول تربیت سازنده در فرزندان..... ۹۶
- روش های مختلف برای اداره مشكلات رفتاری كودكان..... ۹۸
- مهارت تشویق رفتار مطلوب در كودكان..... ۱۰۹
- آموزش رفتارها و مهارت های جدید به كودكان..... ۱۱۰

- ۱۴ روش برای تربیت کودکان شاد و با اعتماد به نفس ۱۱۲
- تأثیرات مدرن بر گفتار کودکان ۱۱۸
- ناروانی گفتاری چیست؟ ۱۲۰
- نحوه ی درست تنبیه کردن کودک ۱۲۵
- تنبیه مؤثر ۱۲۶
- شیوه های تنبیهی اثربخش ۱۲۸
- اتاق محرمیت ۱۳۰
- منابع و مأخذ ۱۳۲

پیشگفتار

تجربه های بالینی و پژوهش در زمینه کودک و مطالعه پژوهش های انجام شده در زمینه تربیت کودکان، این باور را در من بوجود آورده است که کودک بدون مسأله وجود ندارد. بنابراین یک خانواده خوب باید بتواند به نحوی شایسته مسائل فرزندان خود را حل کند. این کتاب در این باره نوشته شده است؛ یعنی به ما کمک می کند که چگونه مسائل فرزندان خود را حل کنیم. امروزه نوع تربیت و مدت زمانی که پدران و مادران صرف رسیدگی به مسائل و مشکلات کودکان خود می کنند آشکارا نسبت به چند دهه قبل فرق کرده است. این روزها کمتر با بچه هایی برخورد می کنیم که به امان خدا رها شده اند و از نظر تربیتی مورد بی توجهی قرار گرفته اند، برعکس، امروزه قاعده این است که اولیاء در امر تعلیم و تربیت کودکان بسیار بوجه دارند و همانطور که در این کتاب مطالعه می کنید، مسائل کودکان قابل فهم و قابل درمان نیز است. متأسفانه در تمام دنیا و از جمله در کشور ما، مراجعه به روانشناس و روانپزشک به ویژه در مورد کودکان، باعث نگرانی اولیاء می شود. این نگرانی که دیگران درباره بچه خواهند گفت، مبدا این تصور پیش بیاید که بچه ما دیوانه است که به روانشناس و روانپزشک مراجعه می کند و خلاصه وحشت از اینگونه برجسب های روانی، در همه جا وجود دارد؛ اما شما با خواندن این کتاب در می یابید که بیشتر گرفتاریهای کودکان، بدون مصرف دارو قابل حل و رفع است. نکته مهم دیگر این که همه پدر و مادر ها باید این نکته را باور کنند که می توانند رفتار کودکان و نوع نگرش آنها را عوض کنند و در نهایت به شخصیت آن ها شکل سنجیده ای بدهند. انتقال ارزش های یک نسل به نسل دیگر، یک وظیفه اجتماعی و فرهنگی است و هیچ چیز ناسالم

تر از این نیست که کودک بدون این ارزشها بار بیاید. نکته مهم دیگر نحوه انتقال این ارزشهاست. زیرا چنانچه با خشونت و بی تفاوتی ارائه شود، کودک آن را پس می زند. من متأسفانه هر روز با چهره غم زده پدران و مادرانی روبرو می شوم که کودکان آنها گفتار و ارزشهای آنها را رد کرده اند و مسائلی از این دست که بچه ما درس نمی خواند؛ بی ادب و خشن است و برای حرف بزرگترها احترامی قائل نیست و نظائر آن، می شنویم. این گسستگی پیوند میان نسلی که باعث دوگانگی و اختلاف بین پدر و پسر و مادر و دختر می شود، قابل پیشگیری است و این کتاب راه حلهای بسیار مفیدی را در این زمینه پیشنهاد می کند.

مطالعه این کتاب علاوه بر پدران و مادران به مددکاران اجتماعی و همه کسانی که به نحوی با اطفال در تماس دارند توصیه می شود.

مؤلفان

مقدمه

محیط خانه، نخستین و با دوام‌ترین عاملی است که در رشد شخصیت کودکان تأثیر می‌گذارد و افراد خانواده نقش بسیار مؤثری را در آشنا کردن کودکان به زندگی جمعی و فرهنگی جامعه دارند. خانواده یکی از عوامل مؤثر در رفتار فرزندان می‌باشد. در یک خانواده، روش کار و طرز ارتباط به نحوی است که محیط را برای ارضای نیازهای اساسی کودکان، چه در زمینه‌ی جسمی و چه در زمینه‌ی روانی و یا اجتماعی مساعد می‌سازد. عادت‌هایی که کودک در خانه بدست می‌آورد گاهی مکرر است و صحیح و عقلانی باشد و گاهی مانع رشد طبیعی او گردد. خانواده بر اندیشه و باورهای کودکان و شیوه‌ی برخورد آنها با دیگران تأثیر می‌گذارد. معمولاً پدر و مادر انتظارات خاص از فرزندان خود دارند، گاهی این انتظارات با واقع بینی همراه است و اختلالی در رفتار کودک به وجود نمی‌آورد و در موارد مختلف به عنوان محرک اساسی، فرزندان را به فعالیت و عمل وادار می‌دارد و گاهی نیز والدین بدون توجه به توانایی‌های فرزندان خود انتظارات خود را بر آنها تحمیل می‌کنند.