

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

توصیه به پدران و مادران

آنچه گفته می شود
حاصل تجربیات عملی و آموزه های علمی است که
امیدواریم در مسیر تعلیم و تربیت
برای تک تک پدران و مادران مورد استفاده قرار بگیرد.

👉 فرزند خود را در بحث های خانوادگی شرکت
دهید تا انگیزه ی لازم برای یادگیری و فکر کردن را
بدست آورد. در این مسیر او خواهد آموخت که ارزش
اجتماعی دارد.

👉 فرزندان را کمک کنید تا خودش مشکلات
خودش را حل کند و تکالیف خود را انجام دهند.

👉 مواظب باشید عوامل و مواقعی که باعث افت
تحصیلی فرزندان می شود ادامه پیدا نکند.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

باید زمینه های تمرکز حواس را در فرزندتان ایجاد کنید. تمرین تمرکز با روشهای مختلف می تواند بهترین راهکار باشد. مطالعه ، مدیتیشن ، ورزش ، و ...

کودک و فرزندتان را تشویق به انجام کارهای پسندیده و نیک کنید و نتیجه کار را برایش توضیح دهید و در صورت امکان نشن دهید و یا ملموس نمایید.

سعی کنید گفتار و حرکات شما در تضاد با مقررات نباشد. منظم بودن و مقرراتی بودن در مورد تمام مسایل زندگی روزمره مسیر بهتری برای آرامش و راحتی اجتماعی فرزندتان خواهد بود.

زیاد از حد به فرزند خود امرونی نکنید. (تذکر زیادی ندهید). او باید یاد بگیرد که شخصاً کارهای خود را دنبال کند. فرصت بدهید فکر کنید و راه بهتر را تشخیص دهد.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

هرگز در پاسخگویی به او عجله نکنید. منتظر باشید تا جملات و مطالب فرزندتان بطور روشن و کامل ادا شود. بعد شما حرف بزنید.

روحیه ی نظم و انضباط را در فرزندتان ایجاد کنید، حتی اگر محدودیت هایی برای آنان بوجود آید. می توانید توضیح بدهید و او را از نگرانی خارج سازید.

نسبت به سرنوشت فرزندتان احساس مسئولیت کنید. تربیت ، تنها آن نیست که شما انجام می دهید باید خیلی بیشتر از اینها احساس مسئولیت کنید. اصلا فکر نکنید که کار شما بی نقص است. همیشه برای تربیت بهتر در تلاش باشید.

شما باید در کمک به فرزندتان ، خواسته ها و نیازهای او را در نظر بگیرید نه خواسته ها و نیازهای خودتان را. پشتیبانی کنید هر آنچه را دوست می دارد به آن برسد.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

✎ شما باید بدانید که کودک به محبت بی قید و شرط نیاز دارد. مهربانی خود را مشروط نکنید.

✎ کودک نیاز دارد که او را به خاطر خودش دوست داشته باشید نه بخاطر کارها و رفتارهای مورد نظر شما. (مثلاً : موفقیت های خاص).

✎ اگر می خواهید کودک شما با اعتماد به نفس رشد کند ، به شخصیت او احترام بگذارید.

✎ اگر می خواهید کودک شما استقلال شخصیت یابد با رفتارهای مناسب و ارزشمند خود ، او را به اطاعت از خود تشویق کنید. او می تواند با سنجش رفتارهای شما بهترین مسیر را برای خود و سرنوشت خود برگزیند.

✎ اگر می خواهید در کودک خود عزت نفس ایجاد کنید به هنگام خشم او را تهدید نکنید و او را نترسانید. و از هیچ چیزی محروم نکنید.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

✎ اگر می خواهید در کودک خود عزّت نفس ایجاد کنید به هنگام مهر ، وعده های ناممکن ندهید و او را چاپلوس بار نیاورید.

✎ اگر می خواهید به شکوفایی استعداد های فرزندان کمک کنید او را بموقع تشویق کنید و مورد مهر و محبت قرار دهید. محبت ، جمعه به مکتب آورد طفل گریز پای را.

✎ اگر می خواهید آرامش روانی فرزندان را تضمین کنید محیط خانواده را برای او دوست داشتنی کنید. قبول کنید که عشق در محیط خانواده ، بسیار معجزه می کند.

✎ اگر می خواهید کودک خود را بخاطر رفتاری ناپسند تنبیه کنید از روش تنبیه بدنی استفاده نکنید. مطمئن باشید می توانید با راهکارهای علمی و اخلاقی ، مشکل بوجود آمده را حل نمایید. به شرطی که بتوانید از علم استفاده کنید. مطالعه کنید.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

✍ اگر می خواهید فرزند شما با احترام رفتار کند با او بامحبت و احترام رفتار کنید. قبول کنید که تجربیات مفید مثبت ، ماندگاری بسیار ارزشمندی در روح و روان انسان ایجاد می کنند.

✍ در حضور دیگران به کودکان توهین نکنید. مواظب رفتار خود باشید که حضور دیگران ، بسیار موقعیت حساسی در امر تربیت محسوب می شود.

✍ اگر می خواهید کودک شما دچار اضطراب و دلهره نشود او را برای انجام کاری تحت فشار قرار ندهید. به او شرایط و اجازه قدرت جهت انتخاب بدهید

✍ اگر می خواهید فرزند خود را بهتر درک کنید با او با زبان و حالی هم سطح خودش ارتباط برقرار کنید. باهاش بازی کنید و کودک شوید تا بتوانید در او نفوذ کنید. مسیر نفوذ شما در روح و روان کودک در مسیر تربیت او بسیار موثر خواهد بود. این روش ، یکی از قدرتمندترین مسیرهای تربیتی است.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

👉 روحیه ی یأس و ناامیدی را در فرزند خود ایجاد نکنید و همیشه مشوق امیدواری و خوش بینی و خوشبختی باشید.

👉 روزانه ، بخشی از اوقات فراغت زندگی تان را برای کمک به پیشرفت تحصیلی فرزندان و یا مشارکت با او در کارهایش اختصاص دهید

👉 هیچگاه مشکلات شغلی و اقتصادی را به کودکان انتقال ندهید. او توان همکاری را ندارد اما بسیار تاجر بد و منفی می بیند. و عملکرد واقعی او در تاثیر این مشکلات مختل می گردد و شما به سختی می توانید او را قانع کنید.

👉 به فرزندان احترام بگذارید و برای او شخصیت قائل شوید. بهترین شخصیت توسط شما به او داده می شود. و او معمولاً با این شخصیت در اجتماع ظهور خواهد کرد و در مسیر عمر ، بیشتر تحت تاثیر همین شخصیت زندگی خواهد کرد.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

استعدادهای و توانمندی های فکری و جسمانی
فرزندتان را باور داشته باشید. و برای شکوفایی آنها
هر چه در توان دارید را استفاده کنید. شما دنیا را
داشته باشید ، اگر در تربیت فرزند درست عمل
نکنید می بازید و دنیای تان پیشیزی نخواهد ارزید.

کودک و فرزند خود را به طور واقعی تشویق کنید
و از تشویق های ساختگی و دروغین خودداری کنید.

در روح و روان فرزندتان احساس ایمنی ایجاد
کنید. ایمنی در ساده ترین کارهای روزمره ضامن
زندگیست. در تربیت فرزند نیز بزرگترین تاثیر را
خواهد داشت.

از طریق گوش دادن به سؤالات فرزندتان ، در
گسترش علاقه و جلب توجه او به یادگیری تلاش
کنید. این روش شما به او می آموزد که دو گوش و
یک زبان ، فلسفه عمیق خلقت است. و می فهمد که
برای یادگیری عمیق باید بیشتر گوش کرد.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

✍ در بروز خلاقیت ها و ابتکارات ، او را تشویق کنید
و حس کنجکاوی او را ارضاء کنید. در این مسیر،
همکاری بیشتر کنید و اصلا کمکاری نکنید.

✍ پدر و مادر ، هر دو باید نسبت به پیشرفت
تحصیلی فرزندان احساس مسئولیت کنید و هرگز آن
را به دیگری واگذار نکنید. تربیت فرزند یک
مسئولیت مشارکتی است و اصلا نفرادی نیست که
بگویید من کارم زیاد است و نمی توانم برسم. یکی
تان پدر و دیگری مادر هستید. هیچکدام شما پدر و
مادر نیست. برای همین مسئولیت شما کاکلا متفاوت
از همدیگر است.

✍ اگر می خواهید فرزند شما خجالتی و منزوی
نباشد او را در جمع به سخنگویی با افراد تشویق
کنید و به او مسئولیت بدهید. مثلا پذیرایی و ...

✍ اگر می خواهید اعتماد به نفس فرزند خود را
تقویت کنید به هنگام صحبت کردن او ، با علاقه و

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

دقت گوش بدهید. برای فعالیت ، بازی ها و ابتکارهایش ارزش قائل شوید. و گاهی جوایزی در نظر بگیرید که لذتبخش باشد.

👉 رابطه ی دوستانه ی پدر و مادر ، ضامن سلامت روان فرزند است. حتما و حتما با فرزند خود نیز دوست شوید و دوستانه رفتار کنید. دوستی ها مهربانی های خاصی دارند که لذتش متفاوت از مهربانی های روابط دیگر است.

👉 پدر و مادر عزیز ، کودکی که در زندگی مورد پذیرش است عشق و محبت یاد می گیرد و روز بروز قوی و قویتر می گردد. قوی شدن ، قوی بودن ، و قوی ماندن او برای شما آرامش آفرین است.

👉 کودک شما آینه ی رفتار شماست. مصداق : هر چه کنی به خود کنی گر همه نیک و بد کنی... نوع برخورد و رفتار شما با او ، در شکل و تکامل شخصیت او بسیار موثر خواهد بود.

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

👉 خانه ی شما مساوی است با کودک سالم و شاد.
منها کنید حتما در این بازی می بازیید و هیچ راه
برگشتی برای جبراننش نخواهد بود. اگر راه جبرانی
باشد هم ، بسیار گران خواهد بود.

👉 کودک را تنبیه نکنید اما در تنبیه مناسب
کودکان، علت را به کودک توضیح دهید و او را قانع
کنید تا جهت پذیرش تنبیه با شما همکاری کند.
دلسوزی بیش از حد و بخشش بیش از حد اشتباهات
کودک ، موجب ؛ لوس ، حساس ، و ضعیف بارآمدن
او می گردد. او باید بداند که در صورت رفتار و عمل
اشتباه و غلط ، چه بصورت عمدی و یا غیرعمدی ،
مجازات و تنبیهی را در خور مساله باید تحمل کند. و
این یک منطق جاوید است.

👉 به کارگیری توصیه های بهداشت روانی در کودک،
معادل پیشگیری از بروز اختلالات روانی در بزرگسالی
است. باید قبول کنیم که هر فرزندى در بزرگسالى،

آنچه که پدران و مادران باید بدانند

اکبر رضایی

همان شخصی است که در کودکی تربیت شده است. تربیت زمان کودکی، بی نهایت در شکل شخصیتی در بزرگسالی موثر است. واضحتر اینکه؛ در بزرگسالی همان هستیم که در کودکی تربیت شده ایم.

یکی از اصول بهداشت روانی کودک ایجاد احساس امنیت در خانه ی اجتماعی است. باید مطالعه کنید و یاد بگیرید که در ایجاد این احساس که امنیت روانی او را تقویت می کند چه باید بکنید. مطالعه، مشاوره، اندیشه، و ...

باز هم برگردید و از اول دوباره مطالعه بفرمایید