

# عوامل که در زندگی آینده کودک مؤثرند

یک گروه چند نفری مرکب از پزشکان ، روان‌شناسان ، کارشناسان طول عمر و روان‌پزشکان، مدت چند ماه به مطالعه و تحقیق در این باره مشغول شدند که چه عواملی در زندگی آینده یک کودک اثر مثبت داشته و زندگی نسل آینده را توأم با خوشبختی و سعادت خواهد کرد ، این کارشناسان در پایان مطالعات خود، باین نتیجه رسیدند که اصولاً طول عمر یک کودک و چگونگی زندگی او، بستگی به یک رشته عوامل و شرایط مختلف محیط دارد : شهر و محیطی که کودک در آن زندگی می‌کند ، بزرگسالان و کسانی که کودک با آنها سروکار دارد ، چگونگی غذایی که می‌خورد ، چگونه توجهی که باو از نظر پزشکی و درمانی می‌شود و بالاخره پرورش‌ی که پدر و مادرها و معلمان باو میدهند در این مقاله شما با ۳۳ عامل مهم که از این نظر در زندگی آینده کودک اثر مثبت دارند و خوشبختی و طول عمر او را تضمین می‌کنند آشنا می‌شوید :



## شرایط محیط :

- ۱ - بهترین محل تولد کودک جایی است که ارتفاع آن از سطح دریا بین ۵۰۰ تا ۱۳۰۰ متر باشد .
- ۲ - هوای آن معتدل بوده و زیاد گرم یا سرد نباشد .
- ۳ - محل تولد کودک شهر کوچک یا ده باشد و شهر بزرگ نباشد .
- ۴ - این محل هوای تمیز و خوبی داشته باشد .

## تغذیه :

- ۵ - غذای کودک بیشتر از انواعی تشکیل گردد که سرشار از مواد سفیده تخم مرغی باشد .
- ۶ - هیچوقت کودک را مجبور به غذا خوردن نکنید ، بلکه او را آزاد بگذارید که هر وقت میل کرد غذا بخورد .

## ساختمان بدنی :

- ۷ - کودک نسبتاً قد بلند و کشیده باشد
- ۸ - در سنین کودکی به ورزش های کودکان و مخصوصاً ورزشهایی که اندام او را متناسب کند توجه شود .



۱۲ - بهداشت تنظیم خانواده کاملاً در خانواده کودک رعایت شده باشد و مخصوصاً فاصله مناسبی میان تولد دو بچه وجود داشته باشد (حداقل این فاصله باید دو سال باشد)

۱۳ - تفاوت سنی میان پدر و مادر در حد طبیعی و عادی باشد (تفاوت سنی تا حدود شش سال طبیعی است) .

### روابط زناشویی:

۱۴ - پدر و مادر کودک روابط زناشویی منظم و طبیعی با یکدیگر داشته باشند .



### خانواده:

- ۹ - وجود پدر و مادری که زندگی مشترک و خانوادگی خوبی داشته باشند و در زناشویی خود را خوشبخت حس کنند .
- ۱۰ - پدران و مادران، کودک خود را دوست داشته باشند و بیشتر اوقات خود را صرف او کنند .
- ۱۱ - کودک در سنین ۲ تا ۳ سالگی پدر و مادر خود متولد شده باشد و پدر و مادر او از ۳ سال بیشتر نداشته باشند .

از کشیدن سیگار خودداری کند .  
۱۸ - مادر باندازه کافی استراحت کند  
و خود را خسته و فرسوده ننماید .

### عشق :

۱۹ - مادر نسبت به کودک خود عشق  
و علاقه زیادی داشته و این علاقه را هم  
ظاهر کند و نشان دهد .  
۲۰ - پدر و مادر در حضور فرزند خود ،  
کودک دیگری را مورد توجه و علاقه خود  
قرار ندهند .



ماده علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

### بارداری :

۱۵ - مادر کاملاً سالم باشد و بطور  
عادی و طبیعی باردار شده باشد و در این مدت  
نیز بطور مرتب به پزشک مراجعه کرده باشد .  
۱۶ - مادر اعتیاد به چیزی نداشته باشد

و دائماً داروهای مسکن و داروهای دیگر را  
نخورد .

۱۷ - مادر تغذیه اش خوب باشد و  
سیگار نکشد ، مخصوصاً در دوران بارداری



## پرورش :

۲۴ - پرورش بچه‌ها طوری باشد که آنها تمیز و مرتب بار آمده باشند و بدون اجبار، خودشان رعایت نظافت را بکنند .

۲۵ - بچه‌ها را به کودکان گذشته باشند و بچه‌ها با محیط کودکان انس گرفته باشند .

۲۶ - بچه‌ها را یک‌ه و تنها و منزوی بار نیاورده و آنها دوستان زیادی داشته باشند .



## سلامتی :

۲۱ - پدر و مادر به سلامت کودک خود از راه ورزش‌های مفرح اهمیت دهند و خودشان هم ورزش کنند و سرسخت خوبی برای کودکان باشند .

۲۲ - گروه خون پدر و مادر با یکدیگر تطبیق داشته و از نظر پزشکی خطرناک و ضد یکدیگر نباشند .

۲۳ - پدر و مادر بموقع، کودک را نزد پزشک برده و تلقیحات را بموقع انجام داده باشند .

## وراثت :

- ۳۲ - افراد خانواده و مخصوصاً پدر بزرگها و مادر بزرگها طول عمر داشته باشند
- ۳۳ - در میان نژادهای مختلف جهان نژادهای فرانسوی و اسکاندیناوی طول عمرشان زیادتر است و کودکانی که خون اسکاندیناوی و فرانسوی داشته باشند، از این طول عمر بهرمنند می شوند .

- ۲۷ - بچه ها را طوری بار آورده باشند که اتکای بنفس داشته باشند و از هر حیث مستقل و متکی بخود باشند .
- ۲۸ - کودک در محیطی درس خوانده باشد که معلم و آموزگاران خوبی وجود داشته اند .



## موقعیت اجتماعی

- ۲۹ - بچه ها ، رابطه اقتصادی و اجتماعی خوبی با همسالان بخود داشته باشند .
- ۳۰ - خانه کودکان وضع متعادل و خوبی داشته و بدون سروصدا و جنجال و نزاع باشد .
- ۳۱ - مادر در خارج از خانه کار نکند و تمام اوقات را در خانه باشد .