

چند توصیه تربیتی به والدین

۱

به فرزندان کمک کنید تا احساس توانمندی کنند و به آنها مسئولیت بدهید تا کارهای ساده را انجام دهند.

۲

به فرزندان کمک کنید تا نتایج طبیعی کارها را تجربه کنند. از دخالت بی جا در امور فرزندان بپرهیزید. با نوزدن و دستور دادن، روابط با فرزندان را خراب نکنید. به طور مثال، اگر تکلیفش را فراموش کرد، بگذارید نتیجه کارش را ببیند. آن وقت دیگر این سهل انگاری تکرار نخواهد شد.

۳

اجازه دهید فرزندان با قوانین منزل آشنا شود. به ازای هر کار مثبت، او را تشویق و در قبال کارهای منفی او را تنبیه (غیربدنی) کنید. تنبیه می تواند به صورت کم کردن پول توجیبی یا محرومیت از تماشای تلویزیون باشد.

۴

در برابر عصبانیت فرزندان، فقط آن ها را تقویت منفی کنید. از برخورد مستقیم با کودکان بپرهیزید. به عنوان مثال، در برابر پرخاش فرزندان، بگویید: «من اینجا را ترک می کنم» و از اتاق خارج شوید.

۶

عاقبت‌اندیش باشید. از اعمال زور و فشار نسبت به فرزندان پرهیزید، چون در این صورت، آن‌ها یاد می‌گیرند که خواسته‌های خود را به زور به دست بیاورند.

۵

رفتارها را از شخصیت فرزندان جدا کنید. به فرزندان نگوید، تو بد هستی یا دوست ندارم. بلکه در برابر رفتار اشتباه او فقط بگوید: «این رفتار درست نبود».

۷

با فرزندان در عین مهربانی، محکم و قاطع صحبت کنید. درخواست از فرزندان باید با عشق باشد و محبت باشد، نه از روی خشم. فراموش نکنید، قاطعیت با خشم و بدرفتاری متفاوت است.

۸

از فرزندان تمجید کنید. اولین اصل در تربیت فرزندان شاد، تمجید از آن‌هاست. وقتی فرزندان بزرگ می‌شوند، از دانستن اینکه علایق، سلیقه‌ها، خصوصیت‌ها و استعدادهایشان با ارزش است، استفاده می‌کنند.

۹

با فرزندان صریح صحبت کنید. اگر قرار است به خواسته‌های او جواب منفی بدهید، با عصبانیت و ناراحتی پاسخ ندهید، بلکه با خوش‌رویی و به‌سادگی به او جواب منفی بدهید.

۱۰

نگذارید افکار منفی به سراغ فرزندان بیاید. به او بگوید: «توان هرکاری را داری». نگذارید افکاری مانند «قادر نیستی» نمی‌توانم، از عهده من بر نمی‌آید و... در کودکان رشد کند.

۱۱

مقررات منصفانه‌ای را که می‌خواهید فرزندان انجام دهند، اول خودتان انجام دهید. رعایت مقررات به‌وسیله شما باعث تقویت اجرای مقررات به‌وسیله فرزندان خواهد شد.

۱۲

به فرزندان بیاموزید که با دیگران روابط قوی و شاد داشته باشند. مهارت ارتباطی با دیگران عامل موفقیت کودکان در آینده خواهد شد. به فرزندان کمک کنید تا روابط دوستانه سالم را حفظ کنند.

۱۳

فرزندان خود را به ورزش و استفاده از غذای سالم و طبیعی خانگی تشویق کنید. چاقی یکی از معضله‌های فرزندان این نسل است که باعث افسردگی و عزت‌نفس پایین می‌شود.

۱۴

خاطره‌های شیرین کودکی فرزندان را برایش بازگو کنید. وسایل دوران کودکی او را (لباس‌ها، نقاشی‌ها و...) را هرچند وقت یک‌بار به او نشان دهید و از آنها به خوبی یاد کنید.

۱۵

به‌طور مرتب به فرزندانان بگویید که سرمایه زندگی شما هستند. علاقه خود را به آنها ابراز کنید. روی کاغذ بنویسید که دوستان دارید و آن کاغذ را به اتاق بچسبانید، یا هنگام بیدار شدن بچه‌ها از خواب، به آنها ابراز علاقه کنید.

۱۶

فرزندان خود را بغل کنید. به شانه آنها دست بزنید یا موهایشان را نوازش کنید. این کارها باعث صمیمیت بیشتر می‌شود و به بچه‌ها می‌فهماند که عزیز هستند.

۱۷

به صحبت‌های بچه‌ها گوش بدهید. وقتی حرف می‌زنند به چشم‌هایشان نگاه کنید و سراپا گوش شوید و با کلمه‌های محبت‌آمیز از حرف زدنشان استقبال کنید.

۱۸

با کودکان شوخی‌های مناسب کنید و با واژه‌هایی مانند: خوشگل من... قند عسل... شیرینی زندگی و... آنها را صدا بزنید. لازم است با فرزندان علائم ارتباطی مانند چشمک زدن داشته باشید، چون این کار باعث تقویت ارتباط می‌شود.

* منبع: مجله کودک شماره ۳۵