

مثلت خانوادہ ی موفق

اعظم لطفی / سارا احمدی



سرشناسه	: لطفی، اعظم، ۱۳۴۴ -
عنوان و نام پدیدآور	: مثلث خانواده ی موفق/اعظم لطفی، سارا احمدی،
مشخصات نشر	: تهران: موسسه اندیشه کامیاب ایرانیان، ۱۳۹۵،
مشخصات ظاهری	: ۱۲۹ ص. : ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: 978-964-888-193-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: تربیت خانواده ی
موضوع	: والدین-- تأثیر بر فرزندان
موضوع	: رفتار والدین
موضوع	: والدین و کودک
موضوع	: کودکان -- سرپرستی
شماره افزوده	: احمدی، سارا، ۱۳۵۶ -
• بندی کنگره	: HQ۷۶۹/۷۶۴م۲ ۱۳۹۵
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۱۹۴۰۴۲

شماره: ۱۰۰۰



نام کتاب: مثلث خانواده ی موفق
مولفان: اعظم لطفی - سارا احمدی
ویراستار: حسین شاه حسینی
ناشر: اندیشه ی کامیاب ایرانیان
مدیر مسئول: مجید کوثری
مدیر تولید: حسین شاه حسینی
مدیر اجرایی: مینا میر هاشمی
نوبت چاپ اول: بهار ۹۵
شمارگان: ۱۰۰۰ جلد
طراح جلد و صفحه آرا: سحر تاران
لیتوگرافی و صحافی: چاپ دیجیتال اردیبهشت
قیمت: ۱۲۵۰۰۰ ریال
شابک: ۹۷۸۹۶۴۸۸۸۱۹۳۶

"کلیه ی حقوق برای ناشر محفوظ است و هرگونه کپی برداری پیگرد قانونی خواهد داشت."

تلفن مرکز پخش: ۰۲۱-۲۶۳۲۱۵۸۰ - ۰۲۱-۹۱۲۵۰۸۰۵۳۷

پست الکترونیک: shahhoseini@yahoo.com

فهرست مطالب:

سخن آغازین: ۱۳

فصل اول

پیش زمینه ای برای تربیت صحیح ۱۶

چگونه موفق باشیم؟ ۱۶

نقش مادر ۱۸

● دانش اعمال کاربردی، پایه عادت ۱۹

● عادت به نظم آهنگ ۲۰

● خوشبین دات کام؛ همکار ۲۱

● لطفا عادت کنید به عملکرد بهتر ۲۲

نقش مادر در خانواده ۲۲

غیبت مادر و تأثیرات جدایی مادر در تربیت کودک ۲۴

نقش پدر در خانواده ۲۵

اصول تربیت دینی ۲۸

ویژگی های تربیت دینی ۳۰

۳۴ چگونه فرزندان شادی تربیت کنید.

فصل دوم

والدین و نکات اصولی تربیتی ۴۱

— آگاه باشیم که پدر و مادر بودن نیاز به تلاش دارد ۴۲

— عاشق فرزندان باشیم اما نه خیلی زیاد ۴۳

— قوانین ویژه ی خانوادگی وضع کنید ۴۳

— برقراری بین خانوادگی وضع شده پافشاری نمایید ۴۴

— تصمیمی که بگیرید را برای فرزندان توضیح دهید ۴۴

— از تنبیه کردن شدیدتر خشن اجتناب نمایید! ۴۵

— وظیفه پدر و مادر برسان را با توجه به تناسب مراحل مختلف

رشدی کودکان انتخاب کنید ۴۵

— به فرزندان احترام بگذارید ۴۶

— مستقل بودن را به کودکان بیاموزید ۴۶

— انتظارات واقعی داشته باشید ۴۷

— شرکت در انجمن های خانواده ۴۹

— الگوی خوبی باشیم ۵۰

— به موقع تنبیه یا تشویق کنیم ۵۲



- ۵۳ _ درست مدیریت کنیم.....
- ۵۵ _ احساس خوبی به او بدهیم.....
- ۵۷ _ از لحظات با هم بودن استفاده کنید.....
- ۵۸ _ از پیامدهای طبیعی استفاده کنید.....
- ۵۸ _ از پیامدهای منطقی استفاده کنید.....
- ۵۹ _ از درگیری بپرهیزید.....
- ۶۰ _ مثبت، ای داشته باشید تا آخر سر حرف خود باشید.....
- ۶۰ _ هر زمان مهربان و قاطع باشید.....
- ۶۱ _ در کوتاه مدت انتظار بیشرفت زیادی نداشته باشید.....
- توقع خود را کم کنید و بیش از اینها را کوچک را نیز در نظر
- ۶۱ _ بگیرید.....
- ۶۲ _ در هر زمان تنها روی یک مشکل تمرکز نمایید.....
- _ با دید مثبت نگاه کنید و هرگز از تحسین کودکان غافل
- ۶۳ _ نباشید.....
- ۶۴ _ اهداف را با نیازهای کودکان منطبق نمایید.....
- ۶۵ _ مادران، پدران، لطفا هماهنگ عمل کنید.....
- ۶۵ _ علاقه ی خود را به فرزندان نشان دهید.....
- ۶۶ _ در حال نوازش با او گفتگو کنید.....

۶۶ _ به سرگرمی‌ها و علایق او توجه کنید.....

۶۷ _ اعتماد به نفس را در کودکان ایجاد کنید.....

۶۷ _ به او توجه کنید.....

۶۸ _ به او کمک کنید.....

۶۸ _ برای فرزندان یادداشت بگذارید.....

_ زهرا که به او سلام یا با او خداحافظی می‌کنید، در آغوشش

۶۹ _ بپایید.....

۶۹ _ با هم بخوانید.....

۶۹ _ با هم کتاب بخوانید.....

۷۰ _ با کودکان بازی کنید.....

۷۰ _ سیاست داشته باشید اما با عشق منطقه.....

۷۰ _ به کودکان بگویید که چرا دوستش.....

۷۱ _ با هم بخندید.....

۷۱ _ تمام توجه خود را به کودکان دهید.....

۷۲ _ لحظات اختصاصی برای کودکان.....

۷۲ _ در زندگی خود ایجاد تعادل کنید.....

۷۳ _ پذیرش نقص‌ها و محدودیت‌های کودک.....



۷۴ _عنان زندگی بچه ها را به دست خودشان بسپارید.....

۷۵ _انگیزه های باطنی بچه ها را بشناسید.....

۷۷ _اهمیت تصویر ذهنی بچه ها از خودشان.....

۷۸ _والدین مستبد فرزندان ضعیف و متزلزل بار می آورند.....

۷۹ _برای زمان به خواب رفتن کودک برنامه ریزی کنید.....

۷۹ _به کودک فرصت کمک کردن بدهید.....

۸۰ _او مشورت کنید.....

۸۱ _به اندازه سیحمر کنید.....

فصل سوم

۸۲ _والدین، فرزندان، مدرسه.....

۸۳ _راه های آماده سازی کودک برای رفتن به مدرسه.....

۹۸ _موانع ارتباط موثر اولیا و مربیان.....

۱۰۲ _نقش والدین.....

۱۰۷ _چگونه می توانید بد رفتاری در مدرسه را مدیریت کنید؟.....

فصل چهارم

۱۰۹ _آموزش های اجتماعی والدین و کودکان.....

۱۱۰ _روابط والدین با هم و تأثیر آن بر کودکان.....

- آیا شما هم این طور رفتار می کنید؟ ۱۱۷
- معاشرت های خانوادگی و تاثیر آن بر کودکان ۱۱۸
- تعریف صله رحم ۱۱۹
- صله رحم و احساس ایمنی ۱۲۲
- صله رحم و کاهش اضطراب اجتماعی ۱۲۶
- ۱) تاب بیلیم های مربوط به بزرگ سالان بر کودکان ۱۳۰
- ۲) اختلال بین فعالیت های کودکان ۱۳۱
- ۳) تاثیر تلهویزیونی تلویزیونی ۱۳۱
- ۴) رواج خشونت ۱۳۳
- راه های مقابله با کار بردها منفی تلویزیون ۱۳۷
- مزایا و معایب کار کردن هر دوی والدین برای فرزندان ۱۴۰
- مزایای شاغل بودن هر دوی والدین ۱۴۰
- افزایش میزان استقلال و مسئولیت پذیری ۱۴۰
- داشتن الگوی مناسب ۱۴۱
- افزایش اعتماد به نفس ۱۴۲
- برنامه ریزی منظم ۱۴۲
- استقلال مالی ۱۴۳



- ۱۴۳ افزایش مشارکت در فرزندپروری پدران
- ۱۴۴ مضرات شاغل بودن هر دوی والدین:
- ۱۴۴ احساس گناه مادر:
- ۱۴۴ تعدد وظایف:
- ۱۴۵ هزینه های مالی:
- ۱۴۶ اوقات فراغت کمتر:
- ۱۴۶ حصص وقت کمتری به فرزندان:
- ۱۴۸ منابع:

سختن آثار دین

موفقیت یعنی از مخروبه ی شکست ، کاخ پیروزی ساختن
موفقیت یعنی از نام کن ها ممکن ساختن . آیا موفق بودن به
این معناست که فرزندان هیچ گاه اشتباه نکنند، همیشه
ساکت و مودب باشند ، مخالفتی با شما نداشته باشند؟

قبل از هر چیز باید بدانید که والدین موفق می دانند آموختن
نظم، انضباط و هر چیزی که برای تربیت فرزندان لازم است
یک فرایند آموزشی است، نه مجازات.

آنها می دانند که رفتار و احساساتشان روی رفتار و احساسات
فرزندشان تأثیر می گذارد. توجه و انرژی خود را متمرکز به
رفتار فرزندان خود می کنند و به جای کنترل، به همکاری متحرک
دارند. به فرزندانشان عزت نفس می دهند. به علاوه والدین موفق
از فرزندان خود مطالب زیادی می آموزند و فرصت هایی را در
اختیار فرزندانشان قرار می دهند تا خود آنها به این نتیجه

برسند که چگونه باید رفتار کنند. آنها درباره آنچه حرف می‌زنند جدی هستند، پیگیرند و هنگام بروز مسئله و مشکل، آرامش خود را حفظ می‌کنند. آنها مجازات می‌کنند اما در این مجازات قصد تلافی و اذیت ندارند و در مقابل از رفتار خوب فرزندانشان قدردانی می‌کنند و از همه اینها مهم‌تر، والدین موفق آمادگی تغییر را دارند. در واقع اگر برای تربیت فرزندان خود راهی مختلف را امتحان کرده‌اید اما باز احساس رضایت و موفقیت نمی‌کنید، بهترین کار این است که خود را برای تغییر آماده کنید. اگر بپذیرید که نیاز به تغییر دارید به خودتان اجازه می‌دهید که با راهی جدید آشنا شوید و قطعاً یکی از آنها می‌تواند شما را به موفقیت برساند.

اغلب ما آنچه از نقش والدین می‌دانیم از پدر و مادر خود آموخته‌ایم و معمولاً همان‌گونه که با پدر و مادرمان با ما رفتار کرده‌اند با فرزندانمان رفتار می‌کنیم. در بسیاری موارد طبق حدس و گمان‌های خود عمل می‌کنیم. البته گاهی موفق و گاهی نیز با مشکل مواجه می‌شویم اما بهتر نیست برای آنکه کمتر دچار خطا شویم بیشتر بیاموزیم؟

آیا تا به حال به این اندیشیده‌اید که شما سه ضلع مثلث هستید پدر + مادر + فرزندان، که هر کدام تکمیل‌کننده دیگری

هستید و در صورت داشتن نقص در رفتارهریک تاثیر مخرب روی بنیان خانواده میگذارید .

آیا تا به حال به این فکر کرده اید که چرا با فرزندانان دچار مشکل میشوید؟!

آیا شما از جمله والدینی هستید که درگیر عدم ارتباط درست کودکان با مدرسه هستید؟!

رزوه هر پدر و مادری موفقیت و سربلندی فرزندان خود، و برقراری ارتباط صحیح و لبریز از عشق و محبت می باشد. در این کتاب تمام تاملات خود را کرده ایم تا با ارائه ی راه حل های درست و مناسب، راه ی والدین و فرزندان را بهبود بخشیم تا مثلث خانواده ی ایده آل تشکیل شود.

سعی داشته ایم تا در مورد رفتار، ترس ها و اضطراب و تنش کودکان علل و عوامل بروز این مشکلات را حل هایی متناسب با آن ها توصیه کرده و از تشدید آن ها جلوگیری کنیم.