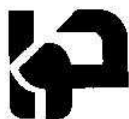


والدین، به فرزندان خود چه بیاموزید

www.ketab.ir

نویسنده: مهین پاک‌نژاد



فهرست

۱۵	مقدمه
۱۹	بخش اول
	فصل اول
۲۱	سخنی با والدین
	فصل دوم
۲۷	فلسفه تعلیم و تربیت
	فصل سوم
۳۵	امکان تربیت پذیری

فصل چهارم

- ۴۱ اهمیت تعلیم و تربیت

فصل پنجم

- ۴۵ اهداف تعلیم و تربیت

- ۴۹ ۱. ایجاد انگیزه و هدف

- ۵۰ ۲. امید به زندگی

- ۵۰ ۳. پرورش خلاقیت

- ۵۱ ۴. تأثیرات نداشتن قوه تخیل بر سلامت در زندگی

- ۵۱ ۱. فقدان آفرینش های ادبی و هنری

- ۵۲ ۲. فقدان توسعه یافتگی

- ۵۲ ۳. فقدان کنجکاوی و پرسشگری

- ۵۳ ۴. حسرت گذشته

- ۵۳ ۵. شرایطی که فرد عادی می تواند به فرد خلاق تبدیل شود

فصل ششم

تربیت کودک از نوزادی تا دوسالگی

بلندگی شیرخوارگی

۱. خودبینی-تک

۲. نداشتن تربیت

فصل هفتم

حس تشخیص هویت از یک سالگی تا دوسالگی

فصل هشتم

مراحل رشد و تربیت از دوسالگی تا پایان سه سالگی

نوازش کودک

خواسته‌های کودک

هشدار

یادگیری

سه‌ساله‌ها

۷۷	الف) زبان کودک
۷۸	ب) تشخیص طلبی
۷۹	پ) درس ادب
۸۰	ت) عادت کمک کردن
۸۰	ث) بازی کودک
۸۲	ج) ماندگاری تانسان اولیه
	فصل نهم
۸۷	آغاز مرحله چهارسالگی
۸۷	گسترش مفهوم خود و مفهوم مالکیت
۸۹	خصوصیات کودکان چهارساله
۹۵	هشدار در مرحله چهارسالگی
۹۵	فراهم سازی فرصت
	فصل دهم
۷۹	آغاز پنج سالگی تصور از خود و رشد خوشتن

- ۱۰۱ هشدار دربارهٔ کودکان پنج‌ساله
- ۱۰۲ میل به آفرینندگی و ساختن
- ۱۰۳ هشدار در زمینهٔ آفرینندگی
- ۱۰۵ تقویت رفتارهای پسندیده
- فصل یازدهم
- ۱۰۹ کودکی دوم در سال‌های آخر شش‌سالگی
- ۱۰۹ دوران مهد کودک و کودکان
- ۱۱۲ تربیت خواص
- ۱۱۳ تربیت تخیل
- ۱۱۳ تربیت شخصیت
- ۱۱۵ ایجاد عادات مطلوب از نظر اخلاقی
- ۱۱۶ توجه به احساسات کودک
- ۱۱۷ ۱. شناخت احساس
- ۱۱۸ هشدار دربارهٔ شناخت احساس

۱۱۸	۲. بیان احساس
۱۱۹	هشدار درخصوص بیان احساس
۱۱۹	میزان بیان احساس
۱۱۹	هشدار درباره میزان بیان احساس
۱۱۹	۳. کنترل احساس ها
۱۲۰	هشدار درخصوص چهار احساس
۱۲۰	آشنایی با درد
۱۲۳	بخش سوم
	فصل دوازدهم
۱۲۵	ارزش چیست و چه ارزش هایی را باید به فرزندان آموخت
۱۲۸	۱. درک خوشبختی و عادت لذت بردن از زندگی
۱۲۹	۲. احترام به خود و دیگران
۱۳۰	۳. قدرشناسی و سپاسگزاری
۱۳۱	۴. نوع دوستی یعنی همدلی و همدردی با دیگران

- ۱۳۳ ۵. یاد دادن ابراز عشق و محبت به کودکان
- ۱۳۵ ۶. تفکر مثبت و رویاپردازی
- ۱۳۷ ۷. ارزش و اهمیت کار
- ۱۴۲ ۸. یاد دادن ارزش های اقتصادی و الگوهای مالی
- ۱۴۶ ۹. وجدان اخلاقی
- ۱۵۰ ۱۰. مفهوم صلح و دوستی
- ۱۵۱ صلح درونی و صلح بیرونی
- ۱۵۹ بخش چهارم
- فصل سیزدهم
- ۱۶۱ هوش هیجانی چیست و چگونه آن را در فرزندان بهینه کنیم؟
- ۱۶۱ ریشه هوش هیجانی در کودکان
- ۱۶۱ تأثیر هوش هیجانی در زندگی
- ۱۶۴ ویژگی های هوش هیجانی در کودکان
- ۱۶۵ ۱. آگاهی از هیجانات و مدیریت احساسات خود

- ۱۶۵ ۲. داشتن صبر و خوشتن داری
- ۱۶۶ ۳. خودانگیختگی
- ۱۶۶ ۴. داشتن اعتماد به نفس و عزت نفس
- ۱۶۸ ۵. برقراری ارتباط مثبت
- ۱۶۸ ۶. مهارت های اجتماعی
- ۱۶۸ الف) ایجاد اس سادت خوب و مثبت
- ۱۷۰ ب) توانایی برقراری ارتباط با دانش و دیگران
- ۱۷۰ ۷. رفتار مسئولانه متناسب با سن
- ۱۷۱ ۸. درس گرفتن از تجربیات و تکرار نکردن اشتباهات
- ۱۷۱ ۹. مقصر ندانستن دیگران در اشتباهات
- ۱۷۲ ۱۰. داشتن حس یاری و کمک رسانی
- الف) همدلی ب) صداقت پ) پذیرش
- ۱۷۶ رفتارهای ایجادکننده ارتقای هوش هیجانی
- ۱۷۶ ۱. شناساندن هیجانات

۱۷۶	۲. شرح هیجان‌ها
۱۷۶	پرسش‌های بسته یا پرسش‌های بحث‌انگیز
۱۷۷	ارتقای هوش هیجانی با توجه به نیازها
۱۷۹	پیامدهای هوش هیجانی
۱۸۲	بزرگی‌های کودکان یا افرادی که هوش هیجانی ندارند
۱۸۲	چه کسانی از هوش هیجانی بهره‌میرند
۱۸۴	استفاده از هوش هیجانی در خانه
۱۸۵	تأثیر هوش هیجانی در زندگی و درس‌آموختن
۱۸۶	مراحل هوش هیجانی در بزرگسالی
۱۸۷	مرحله ۱- قابلیت‌های فردی
۱۸۸	الف) خودآگاهی
۱۸۸	ب) خودمدیریتی
۱۸۹	مرحله ۲- قابلیت‌های اجتماعی
۱۸۹	ج) آگاهی اجتماعی
۱۸۹	د) مدیریت رابطه

مقدمه

این کتاب با استفاده از نظرات گوناگون از روانشناسان، استادان و معلمان بزرگ تعلیم و تربیت نوشته شده است و هدف از تألیف و ارائه آن ارتقای توانایی‌های والدین برای شناخت مراحل رشد کودک و وظایفی است که در هر دوره به عهده آنهاست تا بتوانند فرزندان صالح و شایسته‌ای تربیت کنند؛ زیرا، جمیع مسئولیت‌های پدر و مادر هیچ وظیفه‌ای مهم‌تر از تربیت صحیح فرزندان نیست.

البته با توجه و علاقه‌ای که به کودکان و نوجوانان داشته‌ام و سال‌ها به‌عنوان معلم و مشاور در خدمت این عزیزان بوده‌ام، وظیفه خود می‌دانم که به‌عنوان والدینی و کمکی هرچند کوچک در این باره انجام دهم؛ چرا که فرزندان ما، والدین سردار ما هستند، پس دانستن این مطالب می‌تواند برای آنها نیز مفید باشد. البته دانشم در طول سال‌ها تدریس و مشاوره، با والدین عزیز و روبرو بوده‌ام که بیشتر آنها فرزندان خود در موارد مختلف شکایت می‌کردند و همیشه آنها را مقصر می‌دانستند، حال آنکه وقتی با آنها صحبت می‌کردم هیچ‌وقت نمی‌پذیرفتند که خودشان در روش‌های تربیتی‌شان دچار مشکل هستند و روش‌های درستی به کار نمی‌برند.

همواره از ذهنم این فکر می‌گذشت که آیا والدین خود از روش‌های تربیتی درست اطلاعی دارند یا راجع به مراحل رشد کودک مطالعه‌ای کرده‌اند یا می‌دانند که تربیت درست چیست، فرزند خوب کیست و برخورد درست با فرزند کدام است؟

به‌طور کلی روش‌های تربیتی والدین یک‌سویه و از بالا به پایین است؛ گویی هرچه

آنان می‌گویند و هر رفتاری که انجام می‌دهند درست است و کودک یا نوجوان باید بدون تفکر و قید و شرط آن را بپذیرد.

والدین همیشه به فرزندان برای داشتن نمره‌های خوب درسی فشار می‌آورند؛ تا حدی که تربیت اخلاقی در مرحله بعد قرار می‌گیرد. این طرز فکر و رفتار درست نیست. همچنین والدین باید درک کنند که خواسته فرزندان با خواسته آن‌ها تفاوت دارد و باید بدانند که چگونه با این اختلاف نظرها و خواسته‌ها برخوردی درست و معقول کنند. باید این اختلاف‌ها را به حداقل برسانند و برای کمک به فرزندانشان کوشا باشند.

نظر پیاژه (یکی از روان‌شناسان برجسته) درباره تربیت این است که شکوفایی استعدادها و احترام به حقوق دیگران را اصل مهم تربیت کودک می‌داند.

پس در این راه ما می‌توانیم با استفاده از روش‌های قدیمی یا استبدادی یا روش‌هایی که بیش از حد منظم یا خشونت‌آمیز است به مقاصد تربیتی درست و مناسبی دست یابیم. پس والدین باید قبل از هرکاری روی افکار خود کار کرده و آن‌ها را بازنگری کنند؛ یعنی با مطالعه روش‌های فرزندان، مشاوره و استفاده از نظر کارشناسان صالح تربیتی یا دستاوردهای علوم تربیتی، روان‌شناسی و اخلاق روش مناسب تربیت کودکان و نوجوانان را یاد بگیرند تا بتوانند اولاً فاصله بین عقاید خود و فرزندانشان را به حداقل برسانند و ثانیاً بتوانند با تربیت صحیح و مناسب آن‌ها را به سوی استعداد و توانایی‌هایشان سوق دهند.

ما پدران، مادران و معلمان بسیار از نقاط ضعف فرزندان خود را دارا هستیم و در بعضی از این نقاط ضعف با آن‌ها شریکیم. به آن‌ها شبیه هستیم و چه‌بسا آن‌ها وارث خصوصیات اخلاقی ما هستند. پس باید برای این بردن نقاط ضعف فرزندان، نخست خود را اصلاح کنیم و خود الگوی درستی باشیم. ما با شیوه‌های نادرست تربیتی که ناشی از ناآگاهی ما از روش‌های درست تربیتی است، باید به می‌توانیم از فرزندانمان برای انجام رفتار درست و خوب و صحیح توقع داشته باشیم. در این باره مشاهدات نشان می‌دهد آن دسته از کودکانی که به نسبت خوب تربیت شده‌اند، یعنی رشتی و عقیده دارند، صاحب شخصیتی محکم هستند و اعتماد به نفس بیشتری دارند. آن‌ها لو و شکمی بار نیامده‌اند و قادرند روی پای خود بایستند.

بنابراین برای تربیت و پرورش فرزندان خوب صالح، باید به علمی کردن اخلاق بپردازیم و تربیت اخلاقی را که احترام به خود و دیگران و همراه با فهم درست و عشق سالم و عمل صالح از اصول مهم آن است، به وجود آوریم تا بتوانیم به نتیجه دلخواه دست یابیم و به جای آنکه فرزندمان بالای جانمان باشد، نور چشم ما شود.

روانشناسان می‌گویند که کودک کوچک شده بزرگسالان نیست بلکه شخصی مستقل و هویتی جداگانه دارد که از نظر آن‌ها دارای این ویژگی‌هاست

کودک عواطفی پاک و روحی لطیف دارد

کودک کنجکار و عاشق دانستن است

کودک اکراه و تحمیل را نمی‌پذیرد

کودک در بیان خواسته‌ها و ابراز مقاصد خود صریح و صادق است

کودک کینه‌وری و مرض‌ورزی نمی‌کند

کودک ریا و تزویر ندارد و لبخند را نمی‌پوشاند

کودک در زمان حال زندگی می‌داند و به گذشته و آینده فکر نمی‌کند غم گذشته و آینده

را نمی‌خورد

کودک اهل محافظه‌کاری و خطر‌گریزی نیست

کودک تعصب نمی‌ورزد

کودک آماده آموزش و فراگیری است و ندانستن خود را پنهان نمی‌کند

عارفان و بزرگان پیشین هم همواره صفای روحی و لطافت خلق و صفات کودک را به مریدان و طالبان خود گوشزد کردند و می‌گفتند که یکتاشناسی را باید از کودک آموخت چون او جز مادر نمی‌شناسد هم‌چنین کودک تکبر نمی‌ورزد و هم‌چنین از کسی که ندارد ذخیره نمی‌کند و اهل دروغ گفتن هم نیست و صاف و بی‌ریاست.