

کودکان موفق با والدین موفق

آنچه والدین برای موفقیت فرزندان باید بدانند

لیلا طهماسبی

نیلوفر روستا

سرشناسه	: طهماسبی، لیلا، ۱۳۷۲-
عنوان و نام پدیدآور	: کودکان موفق با والدین موفق: آنچه والدین برای موفقیت فرزندان باید بدانند / لیلا طهماسبی، نیلوفر
مشخصات نشر	: گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۳۰۲ ص.
شابک	: 978-622-02-0059-8
وضعیت فهرست نویسی	: قیفا
عنوان دیگر	: آنچه والدین برای موفقیت فرزندان باید بدانند.
موضوع	: والدین و کودک -- جنبه‌های روان‌شناسی Parent and Child -- Psychological aspects
موضوع	: کودکان -- سرپرستی -- جنبه‌های روان‌شناسی aspects Child rearing -- Psychological
موضوع	: رفتار والدین -- جنبه‌های روان‌شناسی Parenting -- Psychological aspects
موضوع	: کودکان -- روان‌شناسی Child psychology
موضوع	: تعلیم و تربیت کودکان
شناسنامه روده	: روستا، نیلوفر، ۱۳۷۳-
رده بندی کنگره	: HQ۱۳۹۷۶۹ ک۹۱ ط۹۳ /
رده بندی دیویی	: ۱/۶۴۹
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۳۴۷۲۰۷

کودکان موفق با والدین موفق (آنچه والدین برای موفقیت فرزندان باید بدانند)

تألیف: لیلا طهماسبی - نیلوفر

صفحه آرا و طراح جلد: بهاره عزت ببار

نوبت چاپ: اول- ۱۳۹۷

مشخصات ظاهری: ۳۰۲ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰

شماره شابک: ۸-۰۰۵۹-۰۲-۶۲۲-۹۷۸

چاپ و نشر: نوروزی-۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



نشانی: گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، بازار رضا(ع). ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸

دورنگار: ۰۱۷-۳۲۲۲۰۰۴۷ آدرس الکترونیکی: Entesharate.noruzi@gmail

سایت انتشارات: www.Entesharate-noruzi.com

فهرست

۷	پیشگفتار
۹	مقدمه
۱۵	نظم و نظافت
۲۸	تغذیه
۳۳۲	بی‌اشتهایی کودکان
۳۸	توصیه‌های لازم
۴۶	مهارت نوشتن
۴۸	شرایط موثر بر بدخطی دانش‌آموزان
۵۵۵	خطاهای متداول در نوشتن
۵۸	تمرین‌های پیشنهادی برای تقویت مهارت نوشتن
۵۹	فرار از تکالیف (مشق‌نویستن)
۶۵	راهکارها
۷۹	مهارت خواندن
۸۵	انواع مشکلات خواندن و راهکارهای درمانی
۹۱	اشکالات خواندن: (دوم ابتدایی تا پنجم ابتدایی)
۹۳	توصیه‌هایی برای تقویت روانخوانی
۱۰۴	مهارت املا
۱۰۷	انواع املا
۱۱۴	اختلالات املایی و راهکارهای تصحیح آن‌ها
۱۱۸	مهارت ریاضی
۱۲۰	علایم اختلال ریاضی

۱۲۶.....	برای درمان اختلال یادگیری ریاضی چه باید کرد؟
۱۳۴.....	چگونگی برخورد با کودکان دارای اختلال توسط والدین
۱۳۶.....	بازی درمانی برای کاهش اختلالات ریاضی در کودکان:
۱۳۸.....	ترس
۱۴۲.....	چگونگی برخورد با ترس در کودکان توسط والدین
۱۴۴.....	بازی درمانی برای کاهش ترس در کودکان
۱۴۸.....	اضطراب
۱۴۹.....	علائم و نشانه‌های اضطراب در کودکان عبارت است از:
۱۵۴.....	چگونگی برخورد با کودکان دارای اضطراب توسط والدین
۱۵۶.....	بازی درمانی برای کاهش اضطراب در کودکان
۱۶۱.....	دزدی در کودکان
۱۶۲.....	علل دزدی در کودکان
۱۶۵.....	چگونگی برخورد با دزدی کودک توسط والدین
۱۶۹.....	پرخاشگری
۱۷۲.....	علل پرخاشگری
۱۷۵.....	عوارض و پیامدهای خشم و عصبانیت:
۱۷۶.....	راه‌های اصلاح و کاهش پرخاشگری کودکان و نوجوانان
۱۷۷.....	نکات مورد توجه والدین در برخورد با کودکان پرخاشگر
۱۷۹.....	طریقه برخورد با خشم کودک توسط والدین
۱۸۰.....	بازی درمانی برای کنترل خشم و پرخاشگری در کودکان
۱۸۵.....	لکنت زبان
۱۸۶.....	علل لکنت زبان در کودکان
۱۸۷.....	نشانه‌های اولیه لکنت زبان در کودکان
۱۸۹.....	روش‌های اصلاح و درمان لکنت زبان

۱۹۱.....	عوامل موثر در درمان لکنت زبان:
۱۹۲.....	چگونگی برخورد با لکنت زبان در کودکان توسط والدین:
۱۹۵.....	بازی درمانی برای کاهش لکنت زبان در کودکان:
۱۹۸.....	بیش فعالی
۲۰۰.....	علائم این اختلال عبارت است از:
۲۰۱.....	علل بیش فعالی در کودکان
۲۰۴.....	تفاوت کودک بیش فعال و کودک بازیگوش
۲۰۵.....	روش های درمان کودکان پیش فعال
۲۰۶.....	کودکان بیش فعال در معرض خطراتی هستند؟
۲۰۷.....	چگونگی برخورد با کودکان بیش فعال توسط والدین:
۲۰۹.....	بازی درمانی برای کودکان مبتلا به اختلال بیش فعالی
۲۱۴.....	ناخن جویدن
۲۱۵.....	دلایل ناخن جویدن
۲۱۷.....	راهکارها و درمان ناخن جویدن
۲۲۱.....	تأثیر رفتار والدین بر ناخن جویدن کودکان
۲۲۲.....	خود کم بینی در کودکان
۲۲۳.....	خود کم بینی دارای آثار منفی زیادی می باشد از جمله:
۲۲۳.....	علائم و نشانه های خود کم بینی:
۲۲۵.....	علل خود کم بینی در کودکان
۲۲۷.....	کاهش خود کم بینی و افزایش عزت نفس در کودکان توسط والدین:
۲۳۵.....	خجالت و کم رویی
۲۳۶.....	مشخصه های رفتاری کودکان کمرو و گوشه گیر
۲۳۸.....	علل خجالت و کمرویی در کودکان
۲۴۰.....	درمان کمرویی و خجالت در کودکان توسط والدین:

- در مهمانی با کودکان خجالتی و کمرو چه کنید؟ ۲۵۰
- بازی درمانی برای کودکان کمرو و خجالتی: ۲۵۱
- قلدری و زورگویی** ۲۵۵
- علل زورگویی و اذیت و آزار: ۲۵۶
- راهکارها ۲۵۸
- اگر فرزند شما مرتکب زورگویی و پرخاشگری شده است: ۲۶۱
- آموزش نحوه ی برخورد و کنار آمدن با طرد شدن: ۲۶۲
- تمرکز و عواس پرتی** ۲۶۸
- تفاوت کودک فعال با کودک کم تمرکز چیست؟ ۲۷۱
- روش های مایه با عواس پرتی ۲۷۳
- بازی درمانی برای کودک دارای عدم تمرکز: ۲۸۱
- بی علاقی به مدرسه** ۲۸۸
- علائم بی علاقی کودک ۲۸۹
- علل بی علاقی کودکان به درس و مدرسه ۲۹۰
- چگونگی برخورد با بی علاقی کودکان به مدرسه توسط والدین: ۲۹۳
- و در آخر ۱۰ جمله ای که والدین هرگز نباید به فرزندانشان بگویند: ۲۹۵
- منابع ۲۹۹

پیشگفتار

دوره‌ی تربیت معلم را در دانشگاه فرهنگیان شیراز تحصیل کردیم و دو سال کارورزی را در مدارس متعدد شیراز و با اساتید و معلمانی برجسته به پایان رساندیم. پس از آن با مدرک کارشناسی علوم تربیتی راهی مدارس عشایری و روستایی شدیم. در طول این سالها با والدینی رو به رو بودیم که خواهان پیشرفت تحصیلی و تربیتی کودک خود بودند اما سردرگم بودند و نمی دانستند چه کار کنند. بدین منظور مدام به مدرسه مراجعه می کردند و پیوسته جویای وضعیت تحصیلی و تربیتی کودک خود بودند و با معلم و مدیر مدرسه‌ی فرزند خود صحبت می کردند. اما اگر مسئولین مدرسه وقت کافی داشتند ممکن بود راهنمایی هایی را در این خصوص ارائه بدهند.

همانطور که همه‌ی والدین در سرتاسر جهان به دنبال پیشرفت فرزندان خود در حیطه‌ی تعلیم و تربیت هستند، همه‌ی معلمان نیز خواهان همین پیشرفت اند و صادقانه بگوییم هیچ معلمی دوست ندارد در کلاس خود دانش آموزی با عملکرد ضعیف داشته باشد و از آن جایی که مقطع ابتدایی مهمترین دوره‌ی تحصیلی و دوره‌ی شکوفایی استعدادهای همه جانبه‌ی کودک است، به فکر راهی برای حل این موضوع افتادیم.

با تشکلات انجمن های اولیا و مربیان و همچنین جلسات خصرعی که هر معلمی با والدین کلاس خود برگزار می کند، همه‌ی آن اطلاعات لازم و مهم در این حیطه در اختیار والدین قرار نمی گیرد و خیلی از موضوعات فراموش می شود، والدین هم قطعاً وقت جستجو در کتاب ها، سایت ها و شبکه های اجتماعی مختلف را ندارند و یا ممکن است راهکارهای دلخواه را کسب نکنند.

با این وجود، من به همراه دوست و همکار گرانقدرم خانم نیلوفر روستا، درصدد این برآمدیم که با جمع آوری همه آن اطلاعات لازم در یک کتاب و عرضه ی آن به همه ی پدر و مادرهای این سرزمین بتوانیم این مسئله را حل و نگرانی را از خاطر والدین بزداییم و پیشرفت کودکان که همان پیشرفت آینده ی این کشور است را باعث شویم.

جهت ارتباط بیشتر به کانال تلگرامی ما به آدرس https://t.me/special_parents می توانید مراجعه کنید.

تابستان ۱۳۹۷

مقدمه

هفت ساله بود که به مدرسه رفت در یک کلاس کوچک با ۳۸ دانش آموز و معلمی بداخلاق و ناشکیبا. اما ۱۲ ماه بیشتر نتوانست در مدرسه تحصیل کند چرا که مشکل شنوایی داشت، معلمش او را با لقب «کله پوک بی خاصیت» صدا می کرد و از سوی دانش آموزان مورد آزار و اذیت قرار می گرفت. تا اینکه معلم نامه ای به مادرش نوشت که فرزند شما قادر به ادامه ی تحصیل نمی باشد بهتر است که درس را رها کند. وقتی ادیسون از مادرش پرسید مادر، معلم چه نوشته؟ او پاسخ داد نوشته که: فرزند شما دارای هوش و استعداد خیلی زیادی بوده و بهتر است او را دیگر به مدرسه نفرستید و در منزل با او کار کنید.

مادر در منزل پسرش را تعلیم داد و حتی مشکل شنوایی او را به یک مشکل پیش پا افتاده تبدیل کرد و نگذاشت نامیده و باس راه او را مسدود کند. به این ترتیب او در سن ۱۲ سالگی مطالعه سرری چند جلدی از کتب معتبر تاریخی، آناتومی، علوم و شیمی را تمام کرد. اما ناسفانه چون تحصیلات رسمی نداشت، نتوانست در مراحل پیشرفته تر علوم و مهندسی ادامه تحصیل بدهد اما باز هم مادر به کمکش شتافت و نگذاشت درمانده و ناامید شود. به این ترتیب با تشویق های مکرر مادر او به این فکر افتاد که خودش آزمایش ها را انجام دهد.

سرانجام در سن ۲۹ سالگی آزمایشگاه خود را بنا کرد و پس از موفقیت های فراوان، او با اختراع لامپ به نام مخترع برق در سرتاسر جهان شناخته و مشهور شد.

او می گوید: مادرم کسی بود که زندگی مرا ساخت. او برای من بهترین، درست کارترین و معتمدترین آدم روی زمین بود و تنها به خاطر وجود او بود که احساس می کردم چیزی مرا به ادامه زندگی تشویق می کند. من هیچ گاه از او ناامید نشدم چون همیشه یک حامی تمام و کمال بود و در هیچ شرایطی امید مرا به ناامیدی تبدیل نکرد او با درایت و راهکارهای عاقلانه و درست، زندگی مرا ساخت و من هم تا جایی که می توانستم دنیا را ساختم.»

اگر شما والدین ادیسون بودید چه واکنشی نشان می دادید؟ چه رفتاری در برابر فرزندان داشت؟ شما هم گفته معلم را تأیید می کردید؟ آیا وقت خود را صرف آموزش فرزندان می کردید؟ چه چیزی موجب شد ادیسون یکی از چهره های منتخب فیزیکی جهان شود؟ او فیزیک با آن همه فرمول را در مدرسه آموخت؟

از این موضوع بگذریم؛ کودکی شما تا آنجا که به خاطر بیاورید. دوست داشتید پدر و مادرتان چگونه با شما رفتار می کردند؟ آیا همانگونه که دوست داشتید، شما نیز با فرزندان رفتار می کنید؟ خواسته های او را انگره که خودتان در کودکی آرزو داشتید، برآورده می سازید؟

همانطور که می دانیم در تربیت فرزندان، والدین نخستین نقش را دارا هستند این نقش و تأثیر در مقاطع گوناگون سنی یکسان و هم اندازه می باشد بلکه در مقاطع و مراحل از تربیت نقش پدر برجسته تر و در مراحل دیگری نقش مادر تعیین کننده تر است و در یک دیدگاه کلی می توان گفت که تا پیش از سن نوجوانی مادران به دلیل اینکه مدت زمان بیشتری را نسبت به پدران در منزل حضور داشته و کنار فرزندان هستند، نقش بیشتری را بازی می کنند و از دوره نوجوانی به بعد بخصوص در مورد پسران نقش پدران مهمتر است، البته این بدان

معنا نیست که نقش پدر در دوران کودکی و نقش مادر در دوران نوجوانی و جوانی ناچیز و کم رنگ باشد بلکه مقصود بیان برجستگی نقش و تأثیر بیشتر هریک در یک مرحله خاص است.

مادر نخستین کسی است که بذر تربیت را در جان و روان فرزند می پاشد و نهال آن را آبیاری می کند، طرز فکر و رفتار او در سازندگی کودک مؤثر است و اوست که می تواند کودک را بر اساس مبادی صحیح انسانی پروراند و تربیت کند. داستان زیر هم جالب است بخوانیم:

>> «چه که بودم و نی کا استباهی میکردم مادرم میگفت " اشکال نداره حالا چیکار کنیم تا درست بشه »
اما مادر دوستم بهش میگفت " ناک بر سر ت یه کار درست نمی تونی انجام بدی "

امروز هر دو بزرگسال و بالغیم.

وقتی اتفاق بدی می افته اولین فکری که به ذهنم میاد "خب چیکار کنم؟" و با حداقل اضطراب و عصبانیت مشکل رو حل میکنم. اما درست با مواجه شدن با اتفاقات بد عصبانی میشه و میگه "خاک بر سر من که نمی زرم " کار درست انجام بدم ، چرا من اینقدر بدبختم؟"

✓ □ حرفای امروز ما و احساسی که به فرزندمان می دهیم تبدیل به صدای درونی فرزندمان خواهد شد.

مراقب باشیم چه پیامی برای همه عمر به فرزندمان می دهیم (دکتر شهرام اسلامی)

هدف ما از گردآوری این مجموعه افزایش آگاهی والدین بخصوص مادران در امر تربیت کودک است. همه معلمان این اطلاعات و آگاهی را در مراکز تربیت معلم و در طول تحصیلات دانشگاهی کسب می کنند و در طول هفته ای تقریباً ۲۴ ساعته که با دانش آموزان سپری می کنند بسته به شرایط مدنظر، مورد استفاده قرار می دهند.

به نظر شما آیا هفته ای ۲۴ ساعت تعلیم و تربیت می تواند از کودکان ما یک انسان بسازد؟ آن هم مدارس ما که تاکید فراوان بر تعلیم مباحث کتاب درسی دارد و مجالش برای تربیت و پرورش روح و روان کودک نمی ماند. از تعطیلات تابستان و ... که از کشورهای پیشرفته حدود چند برابر تعطیلی داریم، هم که بگذریم.

باعث تعجب است که در میان خانوادگی اگر کودکی رفتار ناپسندی انجام دهد می گویند وقتی به مدرسه به او درستی می شود. در مدت ۵ ساعته که کودک در مدرسه حضور دارد و باتوجه به حجم و مباحث کتابهای درسی، وی مابقی وقتش را در منزل نزد پدر و مادرش می گذراند. پس نقش والدین بسیار سازنده است.

یکی از بهترین روانشناسان ایران، دکتر مسعود غفاری اثر "ایم" را در تربیت کودک باتوجه به نیازهای روانی اش موثر می داند:

اول : تو محبوبی

دوم : تو محترمی

سوم : تو می توانی

چهارم : تو مهمی

پنجم : تو مفیدی

ششم : تو می فهمی

اگر ما در رفتار و گفتارمان این ۶ میم را به فرزندانمان انتقال دهیم " میم هفتم" که موفقیت است خود به خود به وجود خواهد آمد. در آن صورت این کودک در تحصیل ، زندگی و کار و... موفق خواهد شد.

به عقیده ی ما معلم مادران نیز به اندازه ی تعلیم معلمان مهم است و در این کتاب سعی کردیم مطالب مهم و کاربردی که هر مادر به دانستن آن نیاز دارد را جمع آوری کنیم تا بتوانیم آنها را در تعلیم و تربیت کودک خود یاری دهیم و گامی برای موفقیت کثیر عزیزان برداریم.

www.ketab.ir