

تربیت کودک موفق

مؤلف

رضوان دارابی



روان آگاه

محتوا

۱۱.....	فصل اول: کلیات و مفاهیم
۱۱.....	نیازهای اصلی کودک چیست؟
۱۲.....	مادران مهمترین منبع شناخت جهان
۱۲.....	پیش نویس هایمان:
۱۳.....	نقش گفته های والدین در شخصیت کودک
۱۳.....	وجود نداشته باش
۱۴.....	مادر منبع اعتماد در کودکی
۱۵.....	موفق نباش
۱۵.....	مهم نباش
۱۷.....	نزدیک نباش
۱۹.....	نقش والدین در مسئولیت پذیری فرزندان
۱۹.....	ارزش ها و جو خانوادگی
۲۰.....	مسئولیت های والدین
۲۱.....	نقش الگویی والدین
۲۱.....	اصل ثبات عاطفی والدین
۲۲.....	جو عاطفی خانواده و تأثیر آن بر مهارت آموزی

- ۲۳.....جو دموکراسی.....
- ۲۴.....شیوه آزادی مطلق.....
- ۲۴.....شیوهی دیکتاتوری.....
- ۲۵.....جایگاه مادر در تربیت عاطفی فرزندان.....
- ۲۵.....مادر سازنده شخصیت کودک.....
- ۲۶.....سبک‌های تربیت فرزند.....
- ۲۹.....الگوهای فرزند پروری.....
- ۲۹.....الگوی آدلر.....
- ۳۱.....الگوی شیفر.....
- ۳۲.....الگوی وینتر باتم.....
- ۳۳.....نظریه بامریند.....
- ۳۳.....سبک‌های فرزند پروری بامریند.....

۳۹..... فصل دوم: تربیت کودک سختکوش و موثر

- ۳۹.....اهمیت تربیت کودک سختکوش.....
- ۴۰.....چرا یک کودک سختکوش بهتر از یک کودک باهوش است؟.....
- ۴۱.....روش‌های کلی تربیت کودک سختکوش.....
- ۴۳.....بررسی مراحل تربیت کودک سختکوش در سنین مختلف.....
- ۴۴.....تربیت کودک سختکوش در نوزادی تا دو سالگی.....
- ۴۴.....۲ تا ۴ سالگی.....
- ۴۵.....سنین پیش از مدرسه.....
- ۴۷.....شروع مدرسه.....
- ۴۸.....کودکان در سنین مدرسه.....
- ۴۸.....روش‌های کاربردی در خصوص تربیت کودک سختکوش.....
- ۵۲.....بگذارید کودک شکست را تجربه کند.....

- ۵۲..... بگذارید شکست رخ دهد.....
- ۵۲..... تجلیل از شکست.....
- ۵۴..... به کودکان طعم شکست خوردن را هم بیاموزید.....
- ۵۵..... موفقیت سوری بچه‌ها را عقب می‌اندازد.....
- ۵۵..... در بازی زندگی، برنده‌ها می‌توانند رشد کنند تا تبدیل به بازنده شوند.....
- ۵۶..... بگذارید بچه‌ها شکست بخورند.....
- ۵۸..... اما پدر یا مادری که مستقل-حمایت‌گر باید چه‌طور رفتار کند؟.....
- ۵۹..... عالی اما بی‌مسئولیت یا معمولی اما مسئول؟!.....
- ۵۹..... تلاش و کوشش را تمجید کنید، نه نتیجه را.....
- ۶۱..... ترس از شکست در کودکان چه دلایلی دارد.....
- ۶۱..... چه ویژگی‌هایی نشان‌دهنده ترس از شکست در کودکان است؟.....
- ۶۲..... چه عواملی باعث ترس از شکست در کودکان می‌شود؟.....
- ۶۳..... چگونه می‌توانید به کاهش ترس از شکست در کودکان کمک کنید؟.....
- ۶۳..... دیدگاه خود را در مورد شکست خوردن تغییر دهید.....
- ۶۴..... به‌جای تاکید بر توانایی، بر تلاش تاکید کنید.....
- ۶۴..... عشق بی‌قیدوشرط نشان دهید.....
- ۶۵..... تمرین «سناریوی بدترین حالت» را انجام دهید.....
- ۶۶..... به کودک کمک کنید بر راه‌حل تمرکز کند.....
- ۶۶..... در مورد موفقیت و شکست با فرزندتان گفتگو کنید.....
- ۶۹..... فصل سوم: تربیت کودک موفق.....**
- ۶۹..... نکات تربیت فرزند موفق در خانواده ایرانی.....
- ۷۳..... ویژگی‌های والدین موفق در تربیت فرزند.....
- ۷۴..... تربیت فرزندان موفق، چگونه فرزندان موفق‌ی داشته باشیم؟.....
- ۷۵..... راه‌های تربیت فرزندان موفق.....

- ۷۵.....اهمیت دادن به نقش فرزندان.....
- ۷۵.....تربیت فرزندان، افزایش تمرکز.....
- ۷۶.....تربیت فرزندان موفق، اعتماد به نفس و خوداتکایی.....
- ۷۶.....ارتباط با دیگران و عضو تیم بودن.....
- ۷۷.....تربیت فرزندان، آموزش زبان دوم.....
- ۷۷.....تربیت فرزندان موفق، آزادی برای انتخاب مسیر.....
- ۷۷.....تربیت فرزندان، برخورد با شکست.....
- ۷۸.....نقش روانشناس کودک در تربیت فرزندان.....

فصل چهارم: راهبردهای تربیت کودک موفق ۷۹

- ۸۰.....چگونه کودک موفق را پرورش دهیم؟.....
- ۸۳.....اصول فرزندپروری موفق.....
- ۸۳.....کودکان آینده رفتار ما هستند.....
- ۸۷.....تاثیر مهارت‌های اجتماعی در تربیت فرزندان موفق.....
- ۸۸.....اثر پیگمالیون - تربیت فرزندان موفق.....
- ۸۹.....پدران و مادران بچه‌های موفق رابطه‌ی سالمی با هم دارند.....
- ۸۹.....تاثیر طلاق در تربیت فرزندان موفق.....
- ۸۹.....نگرش ایستا - تربیت فرزندان موفق.....
- ۹۰.....نگرش رشد در تربیت فرزندان موفق.....
- ۹۰.....پدر و مادرهای بچه‌های موفق مقتدرند اما مستبد نیستند.....
- ۹۱.....سخت جان بودن - تربیت فرزندان موفق.....
- ۹۱.....فعالیت‌های فوق برنامه - تربیت فرزندان موفق.....

فصل پنجم: پرورش کودک کارآفرین و موفق ۹۳

- ۹۹.....کارآفرینی در مدارس ابتدایی.....

- ۱۰۰..... بازده طرح کارآفرینی در مدارس چقدر بوده است؟
- ۱۰۱..... تربیت روحیه کارآفرینی در مدارس دبیرستانی.....
- ۱۰۲..... بهترین روش‌های آموزش مهارت کارآفرینی در مدارس.....
- ۱۰۵..... مزایای آموزش کارآفرینی برای نوجوانان.....
- ۱۰۵..... مهم‌ترین اثرات آموزش کارآفرینی به نوجوانان.....
- ۱۰۶..... چگونه نوجوانان را به کارآفرینی تشویق کنیم؟.....
- ۱۰۷..... چرا آموزش کارآفرینی ضروری است؟.....
- ۱۰۹..... منابع

فصل اول

کلیات و مفاهیم

نیازهای اصلی کودک چیست؟

روانشناسی کودک خاطر نشان می‌کند که چیزی که ما امروزه از کودکی خود به یادگار داریم چه آنهایی را که خودآگاهانه به یاد داریم و چه آنهایی را که در اعماق ناخودآگاهمان است بخش غالبی از احساسات ما و شخصیت کودکی ما را تشکیل می‌دهند. پس از غرایز والدین یکی از مهمترین اشخاص در شکل‌گیری این احساسات هستند. قطعه به یقین هیچکدام از ما نمی‌توانیم والدینمان را از این تصاویر جدا کنیم آنها یکی از حتمی‌ترین کسانی هستند که ما حتی پس از مرگشان آنها را به وسیله فراخود به همراهمان داریم.

کودکی را تصور کنید که دو سال اول زندگی‌اش را پیش مادر و پدر بزرگش گذرانده است. مادر و پدر او به سبب طلاق و یا مشغله‌شان در دوسال اول زندگی او نقش وافر نداشته‌اند. شاید باورتان نشود اما غالباً این افراد به سبب همانندسازی خود با پدر بزرگ و یا مادر بزرگشان بعدها در ارتباط توجهشان تنها به کسانی جلب می‌شود که ده یا پانزده سال از آنها بزرگتر باشد به همین دلیل والدین نقش شگرفی در شخصیت کودک و بعدها در بزرگسالی فرد دارند. در نظریه دلبستگی بالبی سبک دلبستگی که ما

با مادرمان و یا جانشین روانی او مثل پرستار و یا ... برقرار می‌کنیم نقش شگرفی در سبک دلبستگی ما به زوجمان در بزرگسالی دارد (ابراهیمی، ۱۴۰۰).

مادران مهمترین منبع شناخت جهان

کودکی را فرض کنید که وقتی مادر از او جدا میشود به شدت بی‌تابی می‌کند و گریه‌هایش امان بقیه را می‌برد زمانی که مادر برمی‌گردد تا کودک را در آغوش بگیرد کودک به سمت مادر می‌دود اما وقتی در بغل او است او را با دست‌های کوچکش می‌زند. کودکانی که این نوع سبک دلبستگی ناایمن را دارند به گفته جان بالبی در بزرگسالی با زوج‌هایشان به شکل دوسوگرا رفتار می‌کنند یعنی در عین این که مدام در حال دعوا و مشاجره هستند اما نمی‌توانند به رابطه‌هایشان پایان دهند و یا به ازدواج فکر کنند. شاید فکر کنیم این تنها در سبک ارتباطی ما در بزرگسالی تاثیر گذار است اما واقعیت این است که والدین نقش شگرفی در باورها و تفکراتمان دارند.

پیش نویس‌هایمان:

پیش‌نویس‌ها الگوها و مجموعه‌های فکری ما نسبت به خود و جهان اطرافمان هستند نوع بنیان فکری که ما خود و جهانمان را می‌بینیم. بنابر گفته اریک برن غالب پیش‌نویس‌های ما در کودکی توسط درونی کردن مادر و پدرهایمان شکل می‌گیرند البته که نقش محیط و غرایز و ساختار ژنی ما تاثیر شگرفی در این زمینه دارند. محتویات پیش‌نویس‌ها اگر بخواهم ساده بگویم مجموعه از جملات است جملاتی اسنادی و بازدارنده مثل: تو انسان خوبی نیستی. تو قدرتمندتر از دیگران هستی. به فکر بقیه نباش زیرا تو تنها باید برای بقا بجنگی. یقین دارم که همه ما در ذهنمان جملاتی این‌چنینی داریم. این گفتگوی درونی در بسیاری از ویژگی‌های ما نقش اساسی دارد. در نوع رفتاری که می‌کنیم در نوع انتخاب‌هایی که می‌کنیم در نوع محدودیت‌هایی که برای خود می‌سازیم. کلیدی‌ترین نکته اینجاست که این جملات همان جملات یا برداشت‌هایی هستند که ما در کودکی از پدر و مادرمان به یاد داریم. ممکن است آنها دقیقاً همین جملات را گفته باشند و یا با رفتاری که کرده‌اند ما به این نتایج رسیده

باشیم. پدری را فرض کنید که به سبب جنگ یا به سبب بدبختی‌های زندگی‌اش نتوانسته درسش را ادامه دهد و به مطلوبش یعنی استادی دانشگاه در رشته جامعه‌شناسی برسد، حال ناخودآگاه وقتی پسرش کتابی می‌خرد یا وقتی تلویزیون جامعه‌شناسی را نشان می‌دهد به پسرش می‌گوید: اگر می‌توانستم درسم را ادامه بدم الان زندگی‌م قطعاً در مرحله بهتر از این بود. وقتی پسر بزرگ می‌شود طبیعی است که همه چیزش را معطوف درس کند. او بخش اعظم زندگی‌اش را به کار اختصاص می‌دهد که شبیه پدرش نباشد و یا راه نرفته پدر را تکمیل کند زیرا در آن زمان به این نتیجه رسیده است که اگر درس نخوانی زندگی است تباه خواهد شد (نظری و بخشی، ۱۴۰۱).

نقش گفته‌های والدین در شخصیت کودک

به عقیده اریک برن والدین آگاهانه یا ناآگاهانه از بدو تولد به کودکانشان یاد می‌دهند چگونه رفتار، فکر، احساس و دریافت کنند در این دیدگاه نقش والدین به شدت مهم است؛ رهایی از این تأثیرات کار آسانی نیست در واقع این رهایی فقط زمانی ممکن می‌شود که فرد آنها را به صورت مستقل آغاز کند یعنی از آنها آگاهی و بینش داشته باشد و خودش تصمیم بگیرد کدام قسمت از آموزش والدینش را بپذیرد. این پیام‌هایی و آموزش‌هایی که از والدین دریافت می‌شود ممکن است در جهت اجازه باشد یا در جهت بازدارندگی و مهار؛ بنابراین اگر بخواهیم مهارها را بررسی کنیم باید به مرحله کودکی برگردیم و ببینیم چه اتفاقی می‌افتد که مهاری به وجود می‌آید.

وجود نداشته باش

وقتی می‌خواهیم از اجازه وجود داشتن حرف بزنیم یعنی اینکه من می‌توانم ایمن و نامشروط زندگی کنم و خود را به عنوان یک موجود قبول می‌کنم. این اجازه در بزرگسالی اینگونه است که می‌توانیم از خودمان مراقبت کنیم بدون اینکه با خود آسیبی برسانیم. یا اینکه فکر نمی‌کنیم اگر هستیم باری بردوش دیگرانیم و اضافی هستیم، نبودنمان بهتر است حتی میل به نیستی را بزرگتر نمی‌کنیم و فکرها کنیم که اصلاً دنیا جایی نیست که بخواهیم در آن زندگی کنیم و یا ارزش زندگی کردن ندارد و از این قبیل

فکرها... کودک در بدو تولد در رابطه به دنیا می‌آید یعنی از همان ابتدا نیازمند است. نیازمند مادر یا جانشین روانی او به عبارتی کسی که از او مراقبت کند.

مادر منبع اعتماد در کودکی

در روانشناسی کودکی در این دوران کودک باید بتواند به دنیا اعتماد کند و این اعتماد از برآورده کردن یکنواخت، ممتد و مهربانانه و دلسوزانه نیازهای کودک توسط مادر بدست می‌آید. یعنی کودک اگر مراقبی داشته باشد که تمام نیازهای زیستی او را به موقع، بدون نوسان و مهربانانه برطرف کند میتواند به دنیا اعتماد کند و از نظرش دنیا جای امنی است برای زیستن. در دوران اول زندگی نوزاد خود را با مادر یکی می‌داند و مادر را موجودی جدا از خود نمی‌بیند بنابراین حضور مادر، آغوش او و ارتباط با او باید برای نوزاد قابل اطمینان باشد در نتیجه می‌توان گفت ظرفیت کودک برای زنده ماندن و زندگی کردن کاملاً رابطه مستقیمی با ظرفیت مادر برای زندگی کردن و زنده نگهداشتن او دارد. با بالا رفتن سن دنیا برای کودک بسط پیدا می‌کند و از مادر فراتر می‌رود که اگر رابطه امنی با مادر داشته باشد ادامه و بسط پیدا می‌کند. در این بین نقش پدر و حمایت از مادر و فرزند هم بسیار ضروری است در ایجاد اعتماد به دنیای کودک. افرادی که در این دنیا مراقبان بی‌دقتی داشته‌اند و اعتماد به دنیا برایشان شکل نگرفته است آنهایی هستند که مدام بدبین‌اند و فکر می‌کنند همه دشمن و آسیب‌رسان هستند و....

چون بی‌اعتمادی به دنیا در آینده به بی‌اعتمادی در روابط می‌کشد و آنها مدام در تقلا برای محافظت از خود هستند.

چنین افرادی که مهار وجود نداشته باش دارند میل به زندگی ندارند و دوست دارند زودتر تمام شود البته این مهار ممکن است خودش را اینگونه نشان دهد که فرد مدام نگران مرگ دیگران است و همش فکرمیکند دیگران دارند میمیرند و حتی در خیال پردازی‌هایش تصویرسازی‌شان هم می‌کند. اما اجازه وجود داشتن این است که فرد با خیال راحت زندگی کند، لحظه‌های زندگی برایش معنی بخش است و از دنیا لذت می‌-