

روش ها و اصول کاربردی در تربیت فرزندان

گروه آموزشی مشاوره استان زنجان

همه ما تداوم وجود خویش را در فرزندانمان جستجو می‌کنیم. آنان میوه شیرین درخت حیات و ثمره تمام رنج و تلاش ما در زندگی این جهان می‌باشند. آن‌ها آینه وجود خود ما هستند که افکار، رفتار و روش‌های تربیتی درست یا غلطی را که در مورد آنان به کار برده‌ایم، منعکس می‌سازند. هرگز فراموش نکنید که باید فرزندانمان را برای زمانی غیر از زمانی که خود در آن زندگی می‌کنیم، تربیت نماییم. جامعه‌ای که از خیلی جهات با اجتماع کنونی ما تفاوت دارد.

زبان فرزندان خود را بیاموزیم، زیرا شخصیت ما ثمره گذشته است و آنان متعلق به آینده هستند.

الف - اصول برقراری ارتباط سالم با فرزندان

- ۱) فرزندان خود را همان‌طوری که هستند بپذیرید و از مقایسه آنان با دیگران خودداری کنید.
 - ۲) علاقه خود را به‌صورت جملات شیرین و شیوه‌های غیرکلامی محبت‌آمیز به آن‌ها ابراز کنید.
 - ۳) با کودکان با زبان کودکی سخن بگویید و در قالب بازی‌ها با آن‌ها ارتباط برقرار کنید.
 - ۴) با احترام و تشویق در فرزندانتان ایجاد امنیت روانی و انگیزه مثبت کنید.
 - ۵) فاصله روحی خود را با درد دل کردن و تعریف خاطرات کودکی با فرزندانتان کم کنید.
 - ۶) الگوی شخصیتی فرزندان خود باشید و بدون کلام رشد معنوی را در آنان تقویت کنید.
 - ۷) اشتباهات فرزندان خود را با بزرگواری، بدون پرده دری و ایجاد جسارت در آنها رفع نمایید.
 - ۸) به او دستور ندهید و نام فرزند خود را با احترام به‌ویژه در حضور دیگران صدا کنید.
 - ۹) دادن هدیه‌های کوچک و مناسب، به بهانه‌های مختلف به آنان، به صورتی که آن‌ها را پرتوقع نسازید و برای هر کار کوچکی از شما انتظار پاداش و جایزه نداشته باشند.
 - ۱۰) فاصله سنی خود را با فرزندانتان در ذهن خود به حداقل برسانید تا بتوانید زمینه‌هایی برای صحبت دوستانه فراهم کنید و او به راحتی مانند یک دوست نزدیک مسائل درونی خود را با شما مطرح کند. بدین‌منظور از روش عدد طلایی استفاده نمایید.
- عدد طلایی ارتباط با فرزندان: عددی است که باید از سن خود کم کرده و به سن فرزند خویش اضافه نمایید تا بتوانید به راحتی با وی ارتباط صمیمانه برقرار کنید.

$$2 / \text{سن فرزند} - \text{سن خویش} = \text{عدد طلایی}$$

ب - اصول تربیتی فرزندان

- ۱) فرزندان ما آنچه را که می بینند یاد می گیرند، نه آنچه را که می شنوند؛ بنابراین به جای نصیحت و باید و نبایدهای تحکم آمیز تربیتی باید خود الگوی تربیتی فرزندانمان باشیم. بهترین شیوه و موثرترین راه تربیت فرزندان و اولین مرحله تربیت شروع از خود است.
- ۲) فرزندان خود را با سختی و محرومیت آشنا کنید، تا دارای روحی قوی و محکم شوند.
- ۳) در مقاطع دشوار در کنارش باشید و با او هم دردی کنید، اما او را به خود وابسته نسازید.
- ۴) در موقع انتقاد شخصیت وی را زیر سؤال نبرید، بلکه عمل ناپسند او را مطرح کنید.
- ۵) توقعات و انتظارات خود را به صورت دقیق و در حد توان او برایش توضیح دهید.
- ۶) اهمیت وی را در خانواده به او تفهیم کنید تا در حفظ و رشد شخصیت خود بکوشد.
- ۷) نسبت به دوستان فرزند خود حساسیت و شناخت بالایی داشته باشید. زیرا گرایش او به پذیرش در گروه همسالان و مشابهت با آنان، از عوامل اصلی تربیت نوجوانان است.
- ۸) با توجه به شخصیت هر کودک تنبیه او شکل و مراحل خاص خودش را دارد.
- ۹) پرهیز از روش فرزند سالاری در تربیت (تربیت گل خانه ای) که نتیجه ای جز پرورش فرزندان پرتوقع، ضعیف، زودرنج و شکننده در برابر حوادث زندگی را نخواهد داشت.
- ۱۰) ایجاد حس مسئولیت و اعتماد به نفس در فرزندان با تعیین وظایف آنان در خانواده.
- ۱۱) شناخت محدودیت ها و کشف استعداد کودک و ایجاد زمینه رشد و بروز خلاقیت در او.

هر کسی را بهر کاری ساختند

مهر آن را در دلش انداختند