

برنامه فرزند پروری

هدف از آفرینش انسان تقرب به اوست و هدف اصلی نظام تربیتی اسلام، پرورش انسان کامل است که به قرب الهی برسد. دوران کودکی دورانی است که در آن شخصیت فرد پایه ریزی می شود. کودکان در سنین پایین فقط به مراقبت و توجه جسمانی نیاز ندارند بلکه این توجه باید همه ی ابعاد وجودی آن ها شامل رشد شخصیت اجتماعی و عاطفی و هوش را در برمی گیرد نقش مهارت های فرزند پروری و بهسازی روابط والد و کودک در پیشگیری از کودک آزاری به سلامت روان کودکان و نوجوانان بخشی از سلامت رفاه عمومی است. تربیت سازنده روشی است که هدف آن تقویت رشد کودکان و مدیریت رفتار آن به گونه ای سازنده و بی ضرر است.

اصول تربیت سازنده فرزندان

- آماده کردن یک محیط امن و مورد علاقه
- ایجاد محیطی سسازنده برای یادگیری با در دسترس بودن والدین
- استفاده از انضباط قاطعانه
- داشتن انتظار واقع بینانه از کودکان
- صبور با ثبات بودن والدین در برابر کودکان
- در دسترس بودن کودک

مهارت های اساسی تربیت سازنده فرزندان

- ۱- مهارت های مشاهده و نظارت .
- ۲- مهارت های ارتقای ارتباط والد و کودک .
 - گذراندن اوقات خوب زمان های کوتاه و مکرر با فرزندان در طول روز
 - نشان دادن احساسات خود به کودکان به صورت عملی (بغل کردن - لمس کردن - بوسیدن)
- ۳- مهارت تشویق رفتار متناوب در کودکان .
 - تشویق کلامی کودکان (چه دختر خوبی)
 - تشویق و نشان دادن توجه غیر کلامی (لبخند زدن - بغل کردن)
 - فراهم آوردن فعالیت و محیط امن برای کودکان .
- ۴- مهارت آموزش رفتارها و مهارت های جدید به کودکان.
 - با توجه به مرحله رشد کودک آمادگی و توانایی لازم برای رفتار جدید را داشته باشند.
 - والدین الگو خوبی باشند
 - فراهم کردن محیط ایمن و سرگرم کننده برای آموزش یک رفتار یا مهارت شود.



۵- مدیریت رفتار نامطلوب .

- همه ی کودکان لازم است که قوانین و حدود را بپذیرند.
- قوانین اساسی واضحی را وضع کند کودک باید بداند چه انتظاری از او دارید و چگونه باید رفتار کند.
- وقتی کودک یکی از قوانین خانه را فراموش میکند بهتر است از بحث مستقیم در این مورد استفاده شود

چگونه با کودکان اوقات خوشی را بگذرانیم؟

- کودکان را در انجام کارهای خانه مشارکت دهیم
- زمانی را برای صحبت با کودکان در نظر بگیریم
- اوقات فراغت را با هم بگذرانیم
- گاهی در انجام تکالیف و برنامه های مدرسه به کودک کمک کنیم





عنوان:

برنامه فرزند پروری

تهیه کننده :

کمیته تخصصی

همایش ارتقاء سلامت. مرداد ماه ۹۶

شماره: BP6

کانال تلگرامی: T. me /samavat96
آدرس سایت: sma.babackanit.ir

بیاییم با کودکان
خود اوقات
خوشی را بگذرانیم



چگونه فضایی به وجود آوریم تا کودک مشکلاتش
را برای ما بیان کند؟

- نسبت به کودک علاقمند و باتوجه باشیم
 - او را به صحبت کردن تشویق کنیم
 - صبورانه گوش کنیم
 - به اشارات غیر کلامی کودک توجه کنیم
 - احساسات کودک را منکر نشویم
- هنگام صحبت با کودک از کلمات قلمبه و سلمبه استفاده نکنیم
- در زمان مناسب با کودک گفتگو کنیم

نمونه ای از مهارت های ارتباطی خانواده در

فرزند پروری

- ۱- از عبارت کوتاه استفاده کنید
- ۲- از عبارات مستقیم بیشتر استفاده کنید (مسخره کردن خواهرت را متوقف کن)
- ۳- به هر کس فرصت حرف زدن دهید
- ۴- روشن سازی کنید (من از وضعیت نمراتم نگرانم)
- ۵- تاکید روی یک موضوع یا موضوعات قدیمی را مطرح نکنید
- ۶- همراه بودن ارتباط کلامی و غیر کلامی
- ۷- ابراز احساسات به دیگران
- ۸- منظور خود را صریح بیان کنید