

نکاتی برگرفته از کتاب تربیت سالم در خانه

قسمت سوم:

❖ ابزارهای تربیت سالم

- حذف تنبیه
- حذف آسان گیری
- استفاده همزمان از قاطعیت و مهربانی
- ایجاد فرصت هایی برای ادراک ها و مهارت های هفت گانه مهم قدرتمند شوند.
- مراقب آنچه تأثیر می گذارد، باشید.
- ایجاد نکردن حس منفی در کودک
- شراکت کودکان در تنظیم محدودیت ها
- پرسش سوالات کنجکاوانه
- به کار بردن عبارات مهربان و قاطع

❖ به پیروزی رساندن کودکان همان به دست آوردن همکاری آن ها با نهایت میل اشان است.

❖ اگر بجای وابسته کردن کودکان به تحسین و عقاید دیگران ، خود ارزیابی را به آن ها آموزش دهیم ← بزرگترین خدمت را به آ ها کرده ایم.

❖ زمانی که کودک متوجه می شود که شما احساساتش را درک کرده اید، حرف شما را گوش می دهد و راه حل یابی مسئله می کنند و راغب می شوند.

✓ چهار مرحله پیروزی بخش

➤ چگونگی درکشان از احساس کودک را بیان کنید ، مطمئن شوید که شما درست متوجه شده اید.

❖ همدلی (با کودکان در مورد رفتارهایی مشابه ایی که داشته اید و از حستان در آن لحظه صحبت کنید).

❖ احساسات خود را با کودکان در میان بگذارید.

❖ از کودک بخواهید راه حل یابی کند ، اگر پیشنهادی نداشت، شما چند پیشنهاد بدهید و در مورد آن ها به توافق برسید.

❖ کودکان موجوداتی اجتماعی هستند و در پس هر رفتار کودک هدفی نهفته است .

❖ هدف اولیه هر فرد « تعلق داشتن و احساس اهمیت داشتن » است.

❖ رفتار کودک بر اساس باورش شکل می گیرد نه بر اساس حقیقت.

❖ کودک بد رفتار، کودک دل سرد است، کودک بد رفتار سعی می کند که بگوید ، من احساس تعلق و اهمیت نمی کنم و روش دست یابی به آن را هم بلد نیستم.

❖ یکی از مهمترین مهارت های زندگی، مسئولیت اجتماعی است.

❖ مسئولیت اجتماعی به معنای داشتن علاقه ی واقعی به هم نوع خود و تمایل صادقانه برای همکاری کردن با جامعه است.

❖ اولین قدم در آموزش مسئولیت اجتماعی ، آموزش اتکاء به نفس است ؛ کودکان آماده اند به دیگران کمک کنند ————— و هنگام کمک کردن احساس کنند بسیار توانا هستند.

❖ اگر شهامت پذیر نقض خود را داشته باشیم ، الگو خوبی برای کودکان می شویم ، اشتباه ها واقعا فرصتی برای یادگیری هستند.

❖ سه مرحله جبران اشتباه :

➤ قبول کنیم (وای! اشتباه کردم)

➤ سازش کنیم(معذرت می خوام)

➤ چاره اندیشی کنیم (بیایید با هم راه حل پیدا کنیم).

• برداشت از اشتباه می تواند به دو صورت باشد : ۱. به عنوان فرصت یادگیری دیده شود؛ در نتیجه قبول مسئولیت آن آسانتر است .

۲. به عنوان کار بد دیده شود؛ احساس بی کفایتی و دل سردی کنیم ، در نتیجه ممکن است به خود حالت تدافعی بگیریم ، دو پهلو حرف بزنیم ، داوری کنیم و منتقدانه عمل کنیم .