

گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

نظم چه اهمیتی دارد و یک کودک

منظم چطور تربیت می شود؟



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

مقدمه

نظم به کودک کمک می کند که چگونگی رفتار در جمع و زندگی اجتماعی را بیاموزد. آموزش رفتار صحیح به کودک زمانی میسر می شود که رابطه ای گرم و صمیمی با فرزندتان داشته باشید

آموزش نظم به کودک به معنی تنبیه نیست. در واقع، تمام استراتژی ها باید مثبت باشند. این استراتژی ها بر اساس حرف زدن و گوش کردن تنظیم می شوند و به کودک کمک می کند که

بداند کدام رفتار درست است، چه در خانه خودش، دوستان، مادر بزرگ، مدرسه یا اجتماع

به او مهارت های تعامل با دیگران را می آموزد

آموزش نظم به کودک

پس از سه سالگی حافظه و مهارت های ارتباطی کودک در حال رشد هستند و کودک بهتر می تواند دستورات را دنبال کند

اما خیلی زود هم حواسشان پرت می شود. بسیار دیده می شود که باید بارها او را صدا بزنید تا از تلویزیون دل بکند و سر میز شام حاضر شود

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

الگو باشید

اگر عادت دارید پس از ورود به خانه، لباس هایتان را روی مبل رها کنید، نباید انتظار داشته باشید که فرزندتان هم پس از آمدن از مدرسه کیفش را پشت در رها نکند

برای خانواده برنامه مشخصی داشته باشید. در ساعت های مشخصی بیدار شوید، بخوابید، غذا بخورید و سعی کنید منظم باشید

مسئولیت را دقیق تعریف کنید

سن فاکتور مهمی در آموزش نظم به کودک است. تمیزکاری را کوتاه و مختصر نگه دارید. یک کودک پیش دبستانی نمی تواند چند ساعت را صرف تمیز کاری و مرتب کردن کند

چیزی که از او می خواهید را واضح بیان کنید. اگر به او بگویید اتاقت را تمیز کن، شاید او متوجه نشود که باید چه کار کند. در عوض، بگویید اسباب بازی هایت را در این سبد بریز یا عروسک ها را در قفسه ها بچین

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

محل بازی مشخصی برای کودک در نظر داشته باشید

کودک باید برای بازی کردن آزاد باشد. او باید بتواند با تمام اسباب بازی هایش بازی کند و هر لحظه بتواند به دنیای خیال پرواز کند پس به بهانه نظم اسباب بازی هایش را در کمد حبس نکنید. در عوض، از او بخواهید صرفاً در نقطه مشخصی از خانه بازی کند. روی یک فرش یا در اتاق خودش می‌تواند محدوده آزادی او باشد

مسئولیت‌های سنگین به او ندهید

انتظار نداشته باشید که برای آموزش نظم به کودک از او بخواهید تمام اتاقش را تمیز کند. این مسئولیت سنگین باعث می‌شود که او از تمیز کردن متنفر شود. در عوض، به او بگویید «بیا مسابقه بدهیم. من لگوها را جمع می‌کنم تو عروسک‌ها را. هر کس زودتر این کار را انجام داد برنده است»

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

برنامه روز فرزندتان را تنظیم کنید

کودک باید برنامه مشخصی داشته باشد و از آن پیروی کند. همچنین باید دلیل این برنامه را نیز بداند. برای مثال، اگر از او می‌خواهید اول تکالیفش را انجام دهد و بعد تلویزیون تماشا کند، او باید بداند که بدین ترتیب وقت آزاد بیشتری دارد

می‌توانید یک برنامه تصویری در خانه داشته باشید که کارهای معمول فرزندتان را مشخص می‌کند. با انجام دادن هر کار یک تیک می‌خورد و با منظم بودن این برنامه او به پاداش مناسبی می‌رسد

و بار درخواست نکنید

یک بار با محبت و آرامش از او بخواهید کاری را انجام دهید. دفعه بعد با صدایی سردتر و جدی‌تر از او بخواهید و عاقبت انجام ندادن آن کار را به او تذکر دهید: «از تو خواستم لطفا اسباب بازی هایت را جمع کنی و مسواک بزنی، وگرنه تا فردا عصر نمی‌توانی با آنها بازی کنی.» مجازاتی را تعیین نکنید که نمی‌توانید اجرا کنید

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

تشویقش کنید

کودکان پیش دبستانی واقعا دوست دارند والدین خود را راضی نگه دارند. مشکل اینجاست که ما معمولا به نکات منفی رفتار آنان توجه می کنیم. وقتی چیزی از او می خواهید و آن را انجام می دهد، او را برای رفتارش تشویق کنید در کنار تعیین مجازات، باید سیستم پاداش مناسبی نیز داشته باشید. جدول برچسب می تواند راه خوبی برای پیشگیری از تبدیل شدن پاداش به باج باشد. فراموش نکنید که پاداش باید کوتاه مدت باشد. پس از آنکه کودک به درجه ای از انضباط رسید، باید پاداش حذف شود

اجازه دهید قلمرو داشته باشد

وقتی فرزندتان این امکان را داشته باشد که اتاقش را خودش دکور کند، بهتر از آن مراقبت می کند. با او کمک کنید وسایل را به نحوی که دوست دارد بچیند. با کمک یکدیگر قفسه و شلف درست کنید تا بتواند وسایلش را در آنها قرار دهد. اگر می توانید قفسه ها را رنگ آمیزی کنید یا تزئین کنید. با کمک یکدیگر اتاق را رنگ بزنید و حال و هوای جدیدی در آن ایجاد کنید
احتمالا بدین ترتیب، او برای حفظ این زیبایی بیشتر تلاش خواهد کرد

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR



گروه مردمی مجنا

کمیته آموزش و پژوهش

وسایل اضافی را از اتاقش دور کنید

اگر فرزندان ده ها مدل عروسک، ماشین یا لگو داشته باشد، یا در کمدش لباس های قدیمی و جدید روی هم تلنبار شده باشند، حفظ نظم دشوارتر خواهد بود

هر بار که وسیله جدیدی می خرید، با توافق خودش مقداری از اسباب بازی های قدیمی را به دیگران اهدا کنید

وسایل کهنه، خراب و اضافه را از اتاقش خارج کنید و فقط وسایل محبوب و به درد بخور را در دسترس او بگذارید

کمال گرا نباشید

برای آموزش نظم به کودک افراطی عمل نکنید. خانه ای که بچه در آن زندگی می کند، هیچ وقت برای همیشه تمیز نمی ماند. هر بار که خانه را مرتب می کنید، پس از چند ساعت ممکن است دوباره به حالت اول برگردد

آموزش های روانشناسی در سایت رسمی گروه مردمی مجنا

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید

WWW.MAJNA.IR

