گروه مردمی مجنا
کمیته آموزش و پژوهش

چگونه کودک مستقل تربیت کنیم؟

مهرجویان نیکوکار ایرانیان
کد ثبت: ۴۹۱

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

WWW.MAJNA.IR

مقدمه

بسیاری از پدر و مادرها با رفتارهای غلط خود باعث می‌شوند تا کودک مستقل بار نیاید و تا سنین بزرگسالی هم در مواقع مختلفی نیازمند حضور پدر و مادر باشند. کودک مستقل در آینده هم بهتر می‌تواند در جامعه از پس خودش بر بیاید و زندگی را اداره کند. فراموش نکنید که برخلاف تصور عموم،بر اساس مهارت نرم رفتار کودکان مستقل، سرکشانه‌ای نیست! بلکه او فقط یک کودک با توانایی انجام کارهای خود است

روش‌های تربیت کودک مستقل

همه کار را برای آن‌ها انجام ندهید

معمولا والدین عادت دارند تا همه‌ی کارها را به جای فرزندشان انجام دهند و به قولی می‌خواهند کودکشان آب توی دلش تکان نخورد و زحمتشان نشود اما این اصلا درست نیست. از همان دوران کودکی با او یاد دهید که برای انجام کارها، باید خودش دست به کار شود. به کودک نشان دهید که باید چگونه آن کار را انجام دهد و هرگونه سوالی در طی گذراندن این فرآیند داشت، پاسخ دهید. کودک مستقل اعتماد به نفس بیشتری هم خواهد داشت. پس به آن‌ها

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

اجازه دهید تا کارها را به تنهایی انجام دهند. مثلا فرض کنید که قرار است به بیمارستان بروید

ابتدا بگذارید که او به تنهایی آماده شود و لباس بپوشد

در آن‌جا به کودک خود هم فرصتی دهید تا سوالات خود را از پرستاران و پزشکان بپرسد

این گفتگو و انجام مراحل بسیار ساده بالا به کودک کمک می‌کند که سوالات خود را بدون اینکه خجالت بکشد بپرسد

عشق بورزید، احترام بگذارید و صبر داشته باشید

هیچ‌گاه این سه عنصر مهم و کلیدی را فراموش نکنید. عشق، احترام و صبوری باعث می‌شود فرزند شما به یک کودک مستقل تبدیل شود. اما شاید از خودتان سوال کنید که این سه عنصر چه ارتباطی با استقلال کودک دارند؟

پاسخ این سوال بسیار ساده است. هنگامی که بچه از سمت شما عشق و احترام و صبوری را درک کند، راحت‌تر به سمت تجربه‌های جدید می‌رود و وقتی بداند که شما از او حمایت می‌کنید، به انتخابش احترام می‌گذارید و اگر اشتباه کرد، صبر می‌کنید، عواملی که به او استقلال می‌دهند را امتحان می‌کند. نترسیدن از تجربه‌ها و چالش‌های زندگی و مواجه شدن با آن‌ها باعث می‌شود فرزند شما تبدیل به یک کودک مستقل شود

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

مهارت‌های زندگی را به او یاد دهید

باید به کودکان خود مهارت‌های زندگی یا به عبارتی دیگر مهارت‌های درست زندگی کردن را یاد دهید. فرزندان شما بالاخره بزرگ می‌شوند و باید بتوانند کارهای خود را انجام دهند و از پس زندگی بربیایند. اگر این مهارت‌ها را از سنین کم به آن‌ها آموزش ندهید، در سنین بالاتر سخت‌تر یاد می‌گیرند و در زندگی شخصی آن‌ها مشکل به وجود می‌آورد

مثلا از سنین کم به فرزند خود آموزش دهید که لباس‌هایش را خودش تا بزند، لباس‌ها و ظرف‌های کثیفش را خودش داخل ماشین لباسشویی و سینک ظرفشویی قرار دهد، پول‌هایش را چگونه باید پس‌انداز کند و مهارت‌های بسیار دیگری که در طول زندگی نیاز است

آموزش مهارت‌های زندگی به فرزند شما کمک می‌کند که کودک مستقل شود و در آینده زندگی را بتواند اداره کند



جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

مسئولیت به آن‌ها بدهید

از آنجا که همه‌ی اعضای خانواده زیر یک سقف زندگی می‌کنند، همه باید در تمیز نگه داشتن خانه سهیم باشند. بدون شک آموزش مهارت‌های زندگی کمک بسیاری در رشد و استقلال کودک می‌کند، اما تجربه‌ی داشتن مسئولیت را به هیچ عنوان نمی‌توان با آن مقایسه کرد

با دادن مسئولیت‌های کوچک به فرزند خود شروع کنید. مثلا از آن‌ها بخواهید در زمان تمیز کردن خانه، کمد خود را مرتب کنند یا مثلا بعد از شستن ظرف‌ها در خشک کردن آن به شما کمک کنند. با بزرگتر شدن و نزدیک شدن به سنین نوجوانی می‌توانید مسئولیت‌های بیشتری به کودک خود بدهید. مثلا آن‌ها را در خرید خانه مشارکت دهید و گرفتن نان را بر عهده‌ی او بگذارید. داشتن مسئولیت باعث می‌شود که کودک مستقل و خودساخته رشد کند

کودک خود را تشویق کنید

تشویق کردن همیشه یکی از بهترین روش‌هایی است که برای ایجاد انگیزه می توان از آن استفاده کرد. کودک خود را برای هرکاری که در مسیر مستقل شدن انجام می‌دهد، تشویق کنید. فراموش نکنید که تشویق شما به او کمک می‌کند که اعتماد به نفس بیشتری داشته باشد و کارهای بیشتری را به تنهایی انجام دهد

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR

یک محیط مستقل برای او درنظر بگیرید

بگذارید کودک‌تان چیزها را کشف کند. استفاده از ذهن و توانایی‌های خود برای حل مشکلات و وظایف اجرایی بسیار زیاد است. هم چنین زمانی که به نیاز دارند به آن‌ها فضایی بدهید. این به کودک شما اجازه می‌دهد تا افکار خود را جمع و جور کند، به حرکت بعدی فکر کند، و یک برنامه بسازد

کودک مستقل در برخی از مواقع باید در محیطی باشد که بتواند به تنهایی در آن حضور داشته باشد تا کارها را به تنهایی انجام دهد. در کنار آن به آن‌ها اجازه دهید فعالیت سرگرم‌کننده خود را انتخاب کنند؛ مثل رنگ‌آمیزی، کتاب، نقاشی، داستان‌سرایی، و غیره. این حق انتخاب به او کمک می‌کند تا بتواند در تصمیم‌گیری‌های خود مستقلانه عمل کند و کودک مستقل شود

مهرجویان نیکوکار ایرانیان
کد ثبت: ۴۹۱

اجازه دهید تا اشتباه کنند

کودک شما ممکن است مرتکب اشتباه شود و این اجتناب‌ناپذیر است! همه‌ی ما اشتباه می‌کنیم

اما چیزی که اهمیت دارد، مواجه با این اشتباهات است. روشی که باید در مواجه با اشتباهات کودک خود به کار بگیرید، این است که به توانایی‌های او ایمان داشته باشید و در هنگام ارتکاب اشتباه، به آن‌ها یادآور شوید که بابت داشتن توانایی‌ها به او افتخار می‌کنید

کودک مستقل که هیچ، تمامی آدم‌ها نیاز دارند اشتباه کنند تا بتوانند تجربه کسب کرده و رشد کنند. پس برای اشتباهاتی که انجام می‌دهند، آن‌ها را سرزنش نکنید و صدای خود را بالا نبرید و به جای آن روش درست انجام آن کار را به آن‌ها یاد دهید و یادآور شوید که می‌تواند از پس هرکاری بربیاید

اینکه کودکان از اشتباه کردن نترسند، گام بزرگی برای مستقل شدن و تجربه های جدید است. زمانی که کودک بتواند تجربه کند و از عواقب آن هراسی نداشته باشد، اعتماد به نفس بیشتری خواهد داشت و کودکی مستقل خواهد شد

شما با کودک خود چگونه برخورد میکنید؟

جهت مشاهده بیشتر بروشور های رایگان بر روی سایت زیر کلیک کنید
WWW.MAJNA.IR