

# ۵۲ روش اثر بخش برای بهبود رفتارهای مثبت کودکان (راهنمای عملی برای والدین و معلمان)

مؤلف

زینب پشندگانی

با نظارت

دکتر باقر حسنونند



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۷



# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



---

۵۲ روش اثر بخش برای بهبود رفتارهای مثبت کودکان  
(راهنمای عملی برای والدین و معلمان)

---

مؤلف: زینب پشندگانی

با نظارت: دکتر باقر حسنونند

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ اول ۱۳۹۷

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۴۱۷-۸

تهران- انقلاب- خیابان ۱۲ فروردین- خیابان شهیدوحید نظری- پلاک ۹۹

تلفن: ۶- ۶۶۹۶۷۳۵۵ / شماره: ۶۶۴۸۰۸۸۲

---

قیمت ۶۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

سرشناسه	: پشندگانی، زینب، ۱۳۷۲-
عنوان و نام پدیدآور	: ۵۲ روش اثربخش برای بهبود رفتارهای مثبت کودکان: راهنمای عملی برای والدین و معلمان / مولف زینب پشندگانی؛ با نظارت باقر حسنونند.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۶۰ص:؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۴۱۷-۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
عنوان گسترده	: پنجاه و دو روش اثربخش برای بهبود رفتارهای مثبت کودکان.
موضوع	: کودکان -- سرپرستی Child rearing
موضوع	: والدین و کودک Parent and child
موضوع	: تربیت خانوادگی Domestic education
موضوع	: رفتار والدین Parenting
موضوع	: کودکان -- روان‌شناسی
موضوع	: Child psychology
شناسه افزوده	: حسنونند، باقر، ۱۳۶۵ -
رده بندی کنگره	: HQ۱۳۹۷۶۹ ۹پ۵پ/
رده بندی دیویی	: ۱/۶۴۹
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۳۴۵۵۳۶

## فهرست مطالب

۷.....	مقدمه.....
Error! Bookmark not defined.....	توانمندسازی کودک.....
Error! Bookmark not defined.....	مهربانی و قاطعیت.....
Error! Bookmark not defined.....	جلسات خانوادگی.....
Error! Bookmark not defined.....	چه کاری را انجام بده به جای چه کاری را انجام نده.....
	<b>defined.</b>
Error! Bookmark not defined.....	اشاره کردن.....
Error! Bookmark not defined.....	ایجاد وقفه در کارهای کودک.....
Error! Bookmark not defined.....	محدود کردن تماشای تلویزیون.....
Error! Bookmark not defined.....	اشتباهات.....
Error! Bookmark not defined.....	پاداشها.....
Error! Bookmark not defined.....	محدود کردن انتخاب‌های کودک.....
Error! Bookmark not defined.....	کنترل رفتار.....
Error! Bookmark not defined.....	تشویق در مقابل تحسین.....
Error! Bookmark not defined.....	برقراری ارتباط چشمی.....
Error! Bookmark not defined.....	چرخ انتخاب.....
Error! Bookmark not defined.....	به حال خود گذاشتن.....
Error! Bookmark not defined.....	تشویق کردن.....
Error! Bookmark not defined.....	سوالات کنجکاوانه.....
Error! Bookmark not defined.....	آموزش دادن.....
Error! Bookmark not defined.....	قراردادها.....
Error! Bookmark not defined.....	غیرمستقیم حرف زدن.....
Error! Bookmark not defined.....	پیامدهای منطقی.....
Error! Bookmark not defined.....	در آغوش گرفتن.....
Error! Bookmark not defined.....	اجتناب از لوس کردن کودک.....

Error! Bookmark not defined..... گوش کردن

Error! Bookmark not defined..... سه قانون جبران اشتباه

Error! Bookmark not defined..... آیینه

Error! Bookmark not defined..... تقسیم بندی تکالیف

Error! Bookmark not defined..... تمرین کردن

Error! Bookmark not defined..... چرخ انتخاب واکنش عصبانیت

Error! Bookmark not defined..... حرف گوش کن شدن کودک

Error! Bookmark not defined..... جرو بحث کردن

Error! Bookmark not defined..... تصمیم گیری

Error! Bookmark not defined..... باز کردن کدهای کلامی

Error! Bookmark not defined..... پیامدهای طبیعی

Error! Bookmark not defined..... توجه کردن

Error! Bookmark not defined..... یک کلمه

Error! Bookmark not defined..... تمرکز بر راه حلها

Error! Bookmark not defined..... کارها

Error! Bookmark not defined..... تعریف کردن از کودک

Error! Bookmark not defined..... یک چشم دیدن کودکان

Error! Bookmark not defined..... وقت اختصاصی

Error! Bookmark not defined..... عمل به گفته‌های خود

Error! Bookmark not defined..... حل مساله

Error! Bookmark not defined..... باور توانمندی کودک

Error! Bookmark not defined..... ایجاد حس همکاری

Error! Bookmark not defined..... صمیمیت قبل از اصلاح رفتار

Error! Bookmark not defined..... انگیزش

Error! Bookmark not defined..... ارزشمند سازی احساسات کودک

Error! Bookmark not defined..... درک مغز

Error! Bookmark not defined..... کارهای روزمره

Error! Bookmark not defined..... رفتار بدون توضیح

**Error! Bookmark not defined.....** شوخ طبعی

## مقدمه

مهم ترین نکته‌ای که باید در مورد رشد و تکامل کودک خود به یاد داشته باشیم این است که کودکان ما با سرعت متفاوتی رشد می‌کنند. مانند تمام سایر کودکان، فرزند ما نیز در زمان مقتضی می‌خندد، سرش را نگه می‌دارد، و اشیاء را به دست می‌گیرد. اما این را بدانید که کودک شما یک انسان منحصر به فرد است. او اعمال خود را صرفاً به این دلیل که در کتابی بیان شده یا شما از او می‌خواهید و انتظار دارید، انجام نمی‌دهد. بلکه زمان مناسب برای او هنگامی است که آمادگی انجام کاری را پیدا کرده باشد. ما نمی‌توانیم سرعت رشد و تکامل کودک را بیشتر کنیم، اما اگر به اندازه کافی عشق و محبت و توجه به او نشان دهیم، دقیقاً چیزی را به او داده ایم که احتیاج دارد. تکامل کودک جدا از جهان پیرامون او اتفاق نمی‌افتد، و زمانی درس‌های لازم برای زندگی را می‌آموزد که بخشی از این جهان باشد. حضور شما، والدین شما، خواهران و برادران دیگر، دوستان و اعضای فامیل همه برای آموزش و تکامل او اساسی هستند. او نه تنها به آموزش، بلکه به عشق و تشویق و حمایت اطرافیان نیازمند است تا هرچه بیشتر شکوفا شود. همچنان که کودک بیشتر و بیشتر رشد و تکامل می‌یابد، مهارت‌های شما نیز به عنوان والدین، متناسب با نیازها و احتیاجات او افزایش می‌یابد.

کودکان امروز همان بزرگسالان فردا هستند که آینده‌ی این جهان در دست آنان است لذا باید برای داشتن جهانی بهتر و حرکت به سوی صلح و امنیت جهانی در تعلیم تربیت کودکان کوشا باشیم و فرزندانی سالم بهنجار دور از هرگونه مشکلات روانی به جامعه تحویل بدهیم.

این کتاب کوشش ناچیزی است برای آموزش شیوه‌های مناسب تربیتی به والدین و معلمین عزیز که در این مسیر خطیر گام بر می‌دارند .