

## به شما می‌گن پدر خوب

مرد و زن قبل از پدر و مادر شدن باید روش تعلیم و تربیت کودک را بیاموزند؛ زیرا دوران تربیت کودک از آغاز تولد بلکه قبل از آن شروع می‌شود.



سلامت نیوز : مرد و زن قبل از پدر و مادر شدن باید روش تعلیم و تربیت کودک را بیاموزند؛ زیرا دوران تربیت کودک از آغاز تولد بلکه قبل از آن شروع می‌شود. در این دوران است که شخصیت کودک شکل می‌گیرد و اخلاق، رفتار، عادات، افکار و احساساتش پایه‌گذاری می‌شود. کودکان امروز، پدران و مادران آینده خواهند شد و تربیت خوب یا بد خود را به فرزندان خویش منتقل می‌کنند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم ؛ اما پدر نقش بسیار مهمی در زندگی دخترش دارد، زیرا دختران به پدرشان اعتماد و اطمینان دارند و در کنار او احساس شجاعت، آرامش و امنیت می‌کنند. پدر اولین مرد زندگی دختر است، در واقع اولین عشق و قهرمان زندگی اوست. رابطه میان پدر و دختر یک رابطه پایدار و همیشگی و نیز پرخاطره است. پس همیشه و همیشه در کنار دخترتان باشید و زمانی را هرچند کوتاه به او اختصاص دهید.

اغلب پدرها بیشتر نگران محیط کار، پول، سرمایه و ... هستند، حتی نگران موفقیت پسرشان در زندگی نیز هستند و کمتر به دخترشان توجه می‌کنند. در حالی که حضور پدر، برای دخترها بویژه دخترهای جوان خیلی مهم و سرنوشت‌ساز است؛ زیرا پدر الگوی یک مرد در زندگی دخترش است و تاثیر بسیار زیادی در آینده او دارد. به بیان دیگر او با رفتار پدرش مردها را می‌شناسد.

دخترها دوست دارند مورد توجه پدرشان قرار بگیرند. حضور همیشگی پدر در کنار دختر باعث می‌شود تا او اعتماد به نفس بالایی پیدا کرده و احساس کند پدرش او را دوست دارد و همواره در زندگی حامی اوست، به او اهمیت می‌دهد و احساساتش را نیز درک می‌کند.

### این راهکارها را جدی بگیرید

1 - با دخترتان گفت‌وگو کنید، مسئولیت‌پذیر باشید، زمانی را هر چند کوتاه به دخترتان اختصاص دهید. سعی کنید همواره در کنارش باشید، همپای او راه بروید و از او حمایت کنید تا به این ترتیب ارتباط میان شما مستحکم و پا بر جا بماند. هر پدری این قدرت و توانایی را دارد که بتواند با دخترش یک رابطه خوب برقرار کند برای مثال، یک ساعت یا یک روز را در هفته تعیین کنید و فقط آن یک ساعت یا آن روز را فقط به دخترتان اختصاص دهید. با توجه به این که هفته هفت روز است و یک روز بیست و چهار ساعت، بنابراین یک ساعت از بیست و چهار ساعت یا یک روز از هفت روز، زمان زیادی نیست برای با هم بودن.

2 - با دخترتان قرار بگذارید و دو تایی بیرون بروید. مثلاً با هم دو تا بستنی قیفی بخرید و در کنار یکدیگر بنشینید و با لذت بخورید. درباره موضوعات مختلف با هم صحبت کنید. وقتی سوار ماشین می‌شوید، از او بپرسید به چه موسیقی‌ای علاقه دارد، همان موسیقی را بگذارید حتی اگر خودتان به آن موسیقی علاقه‌ای نداشته باشید. نشان دهید که او را دوست دارید و به سلیقه‌اش احترام می‌گذارید.

3- تاریخی را مشخص کنید، یکدست لباس شیک بپوشید و او را برای صرف شام به یک رستوران شیک یا دیدن یک فیلم سینمایی یا تئاتر دعوت کنید. همیشه سعی کنید اولین کسی باشید که دخترتان را برای صرف شام یا سینما یا تئاتر دعوت می‌کنید و در راه به حرف‌هایش گوش دهید. متأسفانه بیشتر پدرها وقت ندارند که با دخترشان صحبت کنند یا در کنارشان باشند. رفتن به سینما بهانه‌ای است تا بتوانید لحظاتی را کنار دخترتان باشید و با او صحبت کنید.

4 - ممکن است شما برای قدم‌زدن، پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری و اسکیت‌بازی بیرون بروید، خوب بهتر است گاهی اوقات با دخترتان برنامه‌ریزی کنید و این کارها را انجام دهید. مطمئن باشید او بسیار خوشحال می‌شود.

5 - دخترها دوست دارند به مراکز خرید بروند؛ بنابراین با دختر دلبندها به خرید بروید و با هم لباس‌ها، کفش‌ها و کیف‌ها را ببینید.

اجازه بدهید او درباره سلیقه خود با شما صحبت کند. شما هم با توجه و نیز با علاقه به حرف‌هایش گوش دهید.

6 - به دخترتان تلفن بزنید و زمانی که به شما تلفن می‌زند، به او نگویند کار دارم بعد زنگ بزن، بلکه گوش کنید او چه می‌گوید و چه می‌خواهد. اگر دخترتان پنج یا شش ساله است ممکن است از شما بخواهد برایش کتاب یا جورچین بخرید، حتی ممکن است بخواهد فقط صدای شما را بشنود.

7 - اغلب دخترها با مشکلاتی که برایشان پیش می‌آید، احساسی برخورد می‌کنند، اما پدرها خیلی احساسی و عاطفی با مشکلات برخورد نمی‌کنند، بنابراین بهتر است به احساسات و عواطف دخترتان احترام بگذارید و با محبت او را راهنمایی کنید تا در برابر مشکلات عاقلانه تصمیم بگیرد.

8 - پدرها علاوه بر ایجاد یک رابطه دوستانه با دخترشان باید او را شجاع و مستقل تربیت کرده و از او حمایت کنند تا هم در کارهایش موفق شود و هم در روابط فردی و اجتماعی.

9 - باید بدانید دخترها، ساعت‌ها در اتاقشان می‌مانند، بنابراین برای ایجاد یک رابطه دوستانه بهتر است، گاهی اوقات وارد اتاقش بشوید، در کنارش بنشینید و با او در مورد موضوعاتی مثل زندگی، هدف داشتن، عشق و خدا صحبت کنید. از او سوال کنید دوست دارد در آینده چه کاره شود یا چه برنامه‌هایی برای آینده‌اش دارد. سپس به او بگویید که در همه کارها موفق و پیروز می‌شود به شرطی که بخواهد سعی و تلاش کند، اگر شکست خورد ناامید نشود و دوباره شروع کند.

10 - اگر می‌خواهید رابطه خوبی با دخترتان داشته باشید یک راه ساده؛ اما مهم این است که تمام سعی و تلاش خودتان را کنید تا خانهای آرام، امن و پر از مهر و محبت داشته باشید تا او هم احساس آرامش کند.

11 - سعی کنید بیشتر اوقات در کنار اعضای خانواده بویژه دخترتان باشید مثلاً برای صرف شام زودتر از سر کار برگردید، زیرا ممکن است دخترتان شام نخورد و منتظر شما بماند. واقعا عاشقانه دوستش داشته باشید و در کنارش باشید.

12 - قبل از این که دخترتان به سن نوجوانی برسد، از مادرش بخواهید با او درباره بلوغ، روابط جنسی، مواد مخدر، سیگار و استفاده از لوازم آرایشی صحبت کند. شما به همراه مادرش نیازهای او را بر طرف کنید. برای مثال، وقتی مشاهده کردید او بیش از حد آرایش می‌کند و با ظاهر نامناسبی بیرون می‌رود، مهربان اما محکم و کاملاً جدی با او برخورد کنید.

این نکته حائز اهمیت است، وقتی دخترها به سن نوجوانی می‌رسند بیشتر دوست دارند با مادرشان ارتباط برقرار کنند، زیرا با مادرشان راحت‌تر هستند، اما شما باید در همه مراحل زندگی در کنار دخترتان باشید و از او فاصله نگیرید.

13 - انجام بعضی از امور خانه را به او واگذار کنید، اجازه دهید مسئولیت‌پذیر تربیت شود و از این طریق رابطه او با افراد خانواده نیز بهتر می‌شود.

14 - شما باید دوستان دخترتان را بشناسید، زیرا سال‌های نوجوانی و جوانی حساس‌ترین سال‌های زندگی او محسوب می‌شود و دوستانش تاثیر زیادی بر او می‌گذارند؛ بنابراین برای او وقت بگذارید، در کنارش باشید، همیشه به او احترام بگذارید و بگویید چقدر دوستش دارید. این نکته مهم است که به او بیاموزید همیشه به خودش و مادرش و به شما احترام بگذارد همچنین به دیگران. و اما نکته پایانی، رابطه پدر با دختر، تاثیر زیادی روی رفتار و گفتار او با دیگران بویژه مردها می‌گذارد؛ بنابراین به دخترتان یاد دهید که چگونه با مردها ارتباط درست و مناسب برقرار کند و چگونه سخن بگوید.