



روش‌هایی ساده برای موفقیت‌های بزرگ فرزندان

چه کار کنیم فرزندان موفق داشته باشیم؟ این پرسشی است که هر پدر و مادری از خودش می‌پرسد. اگر می‌خواهید فرزندان موفق داشته باشید به نکاتی که در زیر می‌آید توجه و آنها را رعایت کنید.

سلامت نیز : چه کار کنیم فرزندان موفق داشته باشیم؟ این پرسشی است که هر پدر و مادری از خودش می‌پرسد. اگر می‌خواهید فرزندان موفق داشته باشید به نکاتی که در زیر می‌آید توجه و آنها را رعایت کنید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از جام جم ؛ افرادی که پدر و مادر می‌شوند، در برابر فرزندان‌شان مسئول هستند. اولین و مهم‌ترین راه کسب موفقیت فرزندان‌مان این است که مسئولیت‌پذیر باشیم و به وظایف خود به عنوان پدر و مادر به طور جدی عمل کنیم. اصولا پدر و مادری به همین معناست؛ پذیرفتن مسئولیت. پس برای داشتن فرزندان موفق، خوب، سالم، بانشاط و بااخلاق، باید پدر و مادری مسئول و وظیفه‌شناس بوده و مراقب اعمال و رفتار خود باشیم و با صبر و آرامش با فرزندان خویش برخورد کنیم. بنابراین در مرحله اول باید وظایف پدر و مادری را خوب بشناسیم و همچنین بدانیم تعلیم و تربیت فرزندان، یکی از مهم‌ترین وظایف هر پدر و مادری به شمار می‌رود پس موضوع تعلیم و تربیت را نباید ناچیز بشماریم.

اهمیت دادن به خانواده

انجام کارهای روزانه والدین امری کاملا طبیعی است اما شما والدین آگاه و مسئول نباید خیلی خودتان را درگیر کارهای روزمره و خانگی کنید. بلکه باید به اعضای خانواده بویژه کودکان اهمیت بدهید. واژه زندگی در کنار تک‌تک افراد خانواده است که معنا پیدا می‌کند و شما نباید تمام وقت خود را صرف کارهایی مثل ظرف یا لباس شستن و... کنید. بنابراین سعی کنید همه وقت خود را صرف کارهای روزانه نکنید، چرا که این کار به فرزندان‌تان نشان می‌دهد که کارهای روزانه برای شما مهم‌تر از خانواده است.

شما باید کمی هم به خودتان استراحت بدهید، یعنی در طول روز زمانی را به خودتان اختصاص بدهید، وقتی در طول شبانه‌روز فقط کار می‌کنید، خوب طبیعی است که خسته می‌شوید و این خستگی در روحیه شما تاثیر می‌گذارد، افراد خانواده بویژه بچه‌ها پدر و مادری شاد و سرحال می‌خواهند نه یک پدر و مادر خسته و بی‌حوصله، بهتر است کمی به خودتان استراحت بدهید. مثلا بعدازظهرها در کنار اعضای خانواده بنشینید و یک استکان چای بنوشید، یا بلیت سینما یا تئاتر بخرید یا با بچه‌ها ورزش و بازی کنید. بنابراین زمانی که باید میان کار و زندگی یکی را انتخاب کنید، خانواده را در اولویت قرار دهید.

ارزش با هم بودن

سعی کنید زمان بیشتری را با فرزندان‌تان سپری کنید، برایشان وقت بگذارید، برنامه‌ریزی کنید و به همراه یکدیگر به بیرون بروید. آنها به محبت و حضور شما در کنار خودشان احتیاج دارند. طی روز ساعتی را مشخص و در کنار فرزندان‌تان لحظاتی را با خوشی سپری کنید، این گونه فرزندان‌تان فکر می‌کنند شما برایشان ارزش قائل هستید و آنها را دوست دارید.

به مناسبت‌های مختلف برای فرزندان‌تان هدیه بخرید، آنها را به خاطر کارهای خوبی که انجام می‌دهند تشویق و از آنها تعریف و تمجید کنید، آنها را در آغوش بگیرید و به آنها محبت کنید. به این نکته توجه داشته باشید که به فرزندان‌تان ارزش با هم بودن را بیاموزید و خیلی دوستانه به آنها بگویید که چقدر این لحظات با هم بودن زیبا و باارزش است.

ابراز محبت

اگر می‌خواهید فرزندان موفق داشته باشید، باید به قدر کافی به آنها محبت کرده و رابطه دوستانه‌ای با آنها برقرار کنید و همچنین حامی آنها در زندگی باشید. بچه‌ها به محبت و علاقه پدر و مادرشان نیازمند هستند و دوست دارند پدر و مادرشان آنها را در آغوش

بگیرند، ببوسند و نوازش کنند. بنابراین عشق و محبت خودتان را به آنها نشان بدهید. این نکته حائز اهمیت است که شما باید شخصی شاد و پرنرزی باشید، برای این که بچه‌ها پدر و مادری شاد و پرنرزی می‌خواهند.

گوش خوبی باشید

سعی کنید در گفتار و رفتار صادق باشید. به افراد خانواده بخصوص بچه‌ها توجه کنید. وقتی فرزندتان صحبت می‌کند حرف‌های او را قطع نکنید. وقتی از شما سوالی می‌پرسند، خوب گوش کنید و سپس پاسخ بدهید، اگر شما نسبت به حرف‌های آنها بی‌توجهی کنید آنها احساس نادیده شدن می‌کنند. این نکته مهم است و تعجبی هم ندارد که گوش کردن به حرف‌های بچه‌ها اعتماد به نفس‌شان را تقویت می‌کند. بنابراین اجازه بدهید آنها خیلی راحت و صمیمی با شما صحبت کنند، اگر به آنها اجازه ندهید که با شما حرف بزنند، در آینده نیز نمی‌توانند با دیگران ارتباط برقرار کنند.

ابراز علاقه

به فرزندتان بگویید که چقدر دوستش دارید و عاشقش هستید و همچنین با رفتار و گفتار این عشق و علاقه را به او نشان بدهید، اجازه بدهید او محبت شما را نسبت به خویش احساس کند. ببینید فرزندتان به چه کار و فعالیتی علاقه دارد. اگر دوست دارد به کلاس زبان برود او را تشویق کنید، کنارش بنشینید و از او بخواهید به شما هم یاد بدهد.

سعی کنید از فرزندتان خیلی انتقاد نکنید

اگر از او رفتار غیرمعقولی سر زد، بهتر است به جای سرزنش کردن، با او دوستانه و نیز با احترام برخورد کنید، زیرا این احترام تاثیر مثبتی روی رفتار او می‌گذارد. این نکته حائز اهمیت است که هیچ گاه جلوی دیگران بخصوص خواهر یا برادرش از او انتقاد نکنید. و موجب خجالت و ناراحتی او نشوید. اگر می‌خواهید از او انتقاد کنید، دور از چشم همه با او صحبت کنید. یا برایش نامه بنویسید و از او بخواهید دلیل رفتارش را توضیح بدهد.

هیچ‌گاه اسم یا لقبی را به فرزندتان نسبت ندهید

با آنها درست رفتار کنید. مثلا به او نگوئید، تو بی‌زبان، خجالتی، یا احساساتی هستی. بلکه همیشه به او احترام بگذارید تا دیگران جرات نکنند به کودک دل‌بندتان بی‌احترامی کنند یا لقبی به او بدهند.

هرگز تنبیه نکنید

اگر فرزندتان اشتباهی مرتکب شد و شما خواستید او را تنبیه کنید، سعی کنید با او دعوی فیزیکی یا کلامی نکنید، زیرا او به واسطه کتک خوردن عادت می‌کند که در برابر زور بدون چون و چرا تسلیم شود، او نسبت به پدر و مادرش کینه به دل می‌گیرد، ترسو و بزدل بار می‌آید و غالبا اصلاح نمی‌شود. پس با رفتاری منطقی با او برخورد کنید.

گاهی دوستان فرزندتان را به خانه دعوت کنید

وقتی به خانه می‌آید در واقع او را تشویق کنید تا دوستانش را به خانه دعوت کند. این گونه متوجه می‌شوید که فرزندتان با چه افرادی ارتباط دارد. زیرا دوست روی رفتار فرزندتان تاثیر می‌گذارد.

از او استقبال کنید

وقتی به خانه می‌آید به او نشان دهید که چقدر از دیدنش خوشحال هستید. البته این نکته بسیار ساده اما مهم است که برای افراد خانواده بخصوص کودکان آرایش کنید و لباس‌های آراسته و زیبا بپوشید.

برای فرزندتان از اصل و نسبتان بگویید

داستان‌هایی را که در دوران کودکی دوست داشتید یا از میان دفتر خاطراتان برای کودکتان يك خاطره قشنگ بخوانید. یا این که به چه چیزهایی علاقه داشته‌اید. آلبوم دوران کودکی خود را با آنها ورق بزنید. وقتی که کودک می‌خواهد بخوابد، او را در آغوش بگیرید، نوازش کنید و آهسته برایش قصه بخوانید البته هر شب و از کتاب‌های مختلف. بعضی شب‌ها هم از او بخواهید تا او برای شما قصه

بگوید.

احترام گذاشتن را به او بیاموزید

احترام گذاشتن به اقوام و دوستان بخصوص افراد خانواده را به فرزندان آموزش دهید. به آنها یاد دهید که به پدر بزرگ و مادر بزرگ، خاله، عمه، دایی... احترام بگذارند و با آنها بدرستی رفتار کنند. البته این نکته مهم است که بچه‌ها از رفتار و گفتار شما الگوبرداری می‌کنند. پس فقط گفتن کافی نیست بلکه باید در عمل هم به آنها نشان دهید. آنها را به خانه اقوام و دوستان ببرید و فرزندان را به آنها معرفی کنید. کاری کنید در خانه احساس آرامش کند. اگر می‌خواهید فرزندان موفق باشند باید تمام سعی و تلاش خودتان را بکنید تا خانه‌ای امن و آرام و نیز پر از مهر داشته باشید.