

سرفصل ها و اهداف کارگاه "مهارت های تربیت سالم"

زینب افشاری (کارشناس ارشد روانشناسی بالینی و مدرس دوره های فرزندپروری)

عنوان	اهداف دانشی	اهداف نگرشی	اهداف رفتاری
۱ معرفی سبک های فرزندپروری و تمرین تعامل مثبت	سبک های فرزندپروری کدامند و کدام سبک موفق ترین سبک فرزندپروری است.	سهل گیری و سخت گیری پیامدهای مناسبی ندارند و اقتدار موفق ترین رویکرد است	صمیمیت و اقتدار همزمان را در رفتارها با فرزند به کار بسته شود
۲ صمیمیت و گفتگوی همدلانه	روش های صمیمیت و گفتگوی همدلانه چیست؟ چگونه می توان پیام های پنهان صحبت های فرزندان را متوجه شد؟	صحبت کردن با فرزندان باعث ایجاد صمیمیت و تعدیل احساسات خواهد. توجه به احساسات فرزندان	از طریق افزایش زمان اختصاصی و گفت و گو، تعامل و ارتباط صمیمانه با فرزندان ارتقا یابد
۳ تنبیه بله یا خیر؟ نگاهی جدید به پدیده بدرفتاری	اهداف نادرست رفتاری کودکان کدامند؟	به اهداف بدرفتاری های فرزندانمان توجه کنیم و از طریق تامین این اهداف از بدرفتاری پیشگیری کنیم.	تشخیص دهد علت بدرفتاری های فرزندم کدام یک از نیازهای تامین نشده است؟ روش های تامین اهداف فرزندان را بتواند به کار ببندد
۴ مادران و احساسات مادرانه. رویکرد راه حل مداری در بدرفتاری کودکان	نقش احساسات منفی والدین و تنظیم هیجانات خود مادر در فرزندپروری چیست؟ چگونه می توان از راه حل مداری در فرزندپروری استفاده نمود	با رویکرد راه حل مداری به بدرفتاری ها نگاه کنیم و برای پیشگیری از بروز بدرفتاری به شکل اشتراکی و خانوادگی راه حل جستجو شود.	جهت پیشگیری از بروز بدرفتاری به شکل خانوادگی از راه حل مداری مشترک استفاده شود.

<p>والدین بتوانند جلسات خانوادگی با موضوع قانون گذاری اشتراکی را برگزار نمایند و در اجرای قوانین مقتدرانه صمیمانه اقدام نمایند</p>	<p>به جای سرزنش و جبران برای فرزندان، رویکرد پیامدهای طبیعی و منطقی را جایگزین نماییم.</p>	<p>قانون گذاری اشتراکی را چگونه اجرایی کنیم؟</p>	<p>۵ قانون گذاری صمیمانه و مقتدرانه</p>
<p>بتوانند به نقاط قوت فرزندان خویش توجه نمایند و کارهای مثبت فرزند خویش را تشویق نمایند</p>	<p>به جای توجه به نقاط ضعف و نکات منفی به نکات مثبت فرزندان توجه کنیم و از طریق تشویق نقاط قوت، نقاط ضعف را کم رنگ نماییم</p>	<p>راه های دلگرم ساختن کودکان کدامند؟ تفاوت تحسین و دلگرم کردن (تشویق) را بشناسند</p>	<p>۶ دلگرم کردن کودکان، استفاده موثر از تشویق</p>
<p>خودآگاهی نسبت به خود پیدا کند و بتواند مزایا و معایب سبک فرزندپروری خود را بداند</p>	<p>سبک فرزندپروری من از کجا نشئت می گیرد؟ نقش شخصیت من والد، در رفتارهای فرزندم چیست؟</p>	<p>انواع شخصیت ها کدامند و مزایا و معایب هر سبک در فرزندپروری چیست؟</p>	<p>۷ تأثیر شخصیت والدین بر شخصیت فرزندان</p>
<p>بتواند اطلاعات مورد نیاز سن فرزند خود را بداند و در موقع لازم بتواند شرایط پاسخدهی به سوالات کودک خود را رعایت نماید.</p>	<p>خانواده به عنوان یک منبع امن پرسشهای کنجکاوانه فرزندان را به رسمیت بشناسند و سوالات کنجکاوانه فرزند باید توسط والدین و در فضای امن پاسخدهی شود.</p>	<p>در رده های سنی مختلف چه اطلاعاتی باید به فرزندانمان بدهیم؟ چه اطلاعاتی و چگونه اطلاعات بدهیم؟</p>	<p>۸ تربیت جنسی کودکان</p>