

به نام خداوند بخشنده و مهربان

# پرورش، تعلیم و تربیت ۷ تا ۱۳ سالگی

Parenting: 7 to 13 years old ✓

مجموعه کتاب‌های تعلیم و تربیت کودکان، نوجوانان و جوانان



[www.bahadaf.ir](http://www.bahadaf.ir)





**فهرست**

**فصل اول ( دوران مدرسه یا دبیرستان و محیط آموزشی )**

مادر اثر

تربیت

نارست

گزشسته.

می توانیم

آرم های

فودآزاری

باشیم.

◆ اجزای خانه پرورش، تعلیم و تربیت ----- ۱۸

◆ چهار مطلب مهم و اساسی و پایه بین ۷ تا ۱۳ سالگی فرزندانمان ----- ۱۸

◆ فرزندان ما ممکن است در دو محیط زندگی کرده و رشد پیدا کنند ۲۰

◆ زبان ----- ۲۲

✓ دوران عدم تعادل و مشکلات و دوران تعادل و آرامش ----- ۲۳

◆ مسائل فیزیکی ----- ۲۳

✓ خوردن صبحانه‌ای که او دوست دارد و مفید و مغذی است ----- ۲۳

✓ خواب درست و به اندازه و مناسب ----- ۲۳

✓ مشکل نداشتن از نظر بینایی و شنوایی ----- ۲۳

✓ بهره‌ی هوشی ----- ۲۴

✓ نقص عضو یا مشکل فیزیکی ----- ۲۴

◆ مسائل روانی ----- ۲۴

✓ دانستن زبان و استفاده درست از آن ----- ۲۴

✓ برقراری رابطه خوب با دیگران ----- ۲۵





افراد "تنها"  
به علت  
اضطراب و  
وسواس، نظر  
غیر واقعی،  
نسبت به  
دیگران دارند و  
هیچ کس را  
مغیر و مناسب  
برای معاشرت  
با خود  
نمی‌دانند.



- ✓ آیا فرزند ما آمادگی بازی فردی، جمعی و گروهی را دارد؟ ----- ۲۵
- ✓ حل اختلافات از طریق گفتگو و مذاکره ----- ۲۶
- ✓ دروغ گفتن و اغراق کردن در محیط خانه و مدرسه و عواقب آن ----- ۲۸
- ✓ خبر چینی یا جاسوسی در محیط آموزشی ----- ۲۸
- ✓ نظم و ترتیب، رعایت تقدم و تأخر، زمان و وقت ----- ۲۹
- ۳۰ ----- **◆ تکلیف و وظیفه**
- ✓ معلم خصوصی، بد آموزی یا کم آموزی و عقب افتادگی فرزندان ----- ۳۱
- ✓ باید رابطه خوبی بین خانه و مدرسه باشد و با معلم و مدرسه همکار باشیم ۳۴
- ۳۵ ----- **◆ خواندن و نوشتن**
- ✓ در کودکی باید خواندن را یاد گرفت و در جوانی باید خواند تا یاد گرفت --- ۳۶
- ✓ فرزندان را تنها درس خوان بار نیاوردیم بلکه کتابخوان بار آوردیم --- ۳۶
- ✓ تکنیک‌های نوشتن خواندن و مطالعه کردن کتابها ----- ۳۷
- ✓ حفظ کردن جدول ضرب، اشعار، مطالب جالب و آموزنده ----- ۴۰
- ✓ اگر قصد جابه‌جایی مدرسه فرزندان را دارید به چند نکته توجه کنید ۴۱
- ✓ تفاوت نمرات دختران و پسران در دبستان ----- ۴۳
- ✓ موضوع بسیار مهم در خصوص معلمین ( در حالی که علم، علم است معلمی
- هنر است ----- ۴۴



- ✓ راه انتقاد از روش و متد و رفتار معلم چگونه است؟ ----- ۴۵
- ✓ بهتر است که معلمین محترم و عزیز، بدانند ----- ۴۶
- ✓ نمره فرزندان و نمره دادن در مدارس ----- ۴۶
- ✓ تأکید بر جنبه مثبت و سازنده فرزندان ----- ۴۹
- ✓ چند نکته بسیار مهم در مورد اختلاف نظراتی که پدر و مادر با محیط آموزشی شاید داشته باشند ----- ۵۰
- ✓ تأثیر محیط آموزشی بر حالت سازندگی و ویرانگری فرزندان ----- ۵۳
- ◆ نکاتی در مورد تکالیف مدرسه و چگونه انجام دادن آن ----- ۵۴
- ✓ در چه سنینی و چند ساعت تکلیف مناسب است؟ ----- ۵۴
- ✓ گفت‌وگو کردن در مورد اتفاقاتی که در مدرسه رخ داده در صورت تمایل --- ۵۵
- ✓ تعیین زمان انجام تکالیف و مدیریت زمان ----- ۵۵
- ✓ آیا حین انجام تکالیف فرزندان در کتا او باشیم یا خیر؟ ----- ۵۶
- ✓ تشویق و پاداش و شاد کردن کودک ----- ۵۷
- ✓ انجام تکالیف مدرسه از اول تا آخر فقط وظیفه فرزند ما می‌باشد --- ۵۹
- ✓ شروطی برای درس اضافی یا کلاس‌های متفرقه ----- ۶۰
- ✓ مسائل و مشکلات خواندن و مطالعه ----- ۶۱
- ✓ میل به مطالعه و لذت بردن از خواندن کتاب ----- ۶۱
- ✓ آیا فرزندان درس خوان باشد خوب است یا کتاب خوان؟ ----- ۶۱



ما موهوراتی  
ناقص  
هستیم، از  
شکست و  
اشتباه،  
اصاس بر  
نگنید.



- ✓ ۲۳۶ دخالت نکردن پدر و مادر در موضوعات یکدیگر
- ✓ ۲۳۷ خشم و عصبانیت
- ✓ ۲۳۸ خشم (احساس بد)
- ✓ ۲۳۸ عصبانیت (رفتار نامناسب)
- ◆ نکاتی برای ارتباط برقرار کردن مطلوب و مناسب در دنیای بیرون
- از محیط خانه
- ✓ ۲۳۹ تنبیه و مجازات
- ✓ ۲۴۲ نظم و ترتیب بین ۷ تا ۱۳ سالگی
- ✓ ۲۴۲ مدیریت وقت و انرژی
- ✓ ۲۴۳ پول و مسائل مالی خانواده
- ✓ ۲۴۴ دادن پول تو جیبی
- ✓ ۲۴۵ تنوع و تفاوت رفتار در مواقع گرفتاری و بیماری و مشکلات در کودکان
- ✓ ۲۴۶ مرگ، جدایی و اختلافات شدید خانوادگی
- ✓ ۲۴۷ رفتار و عادات نامطلوب
- فصل پنجم (ترس، اضطراب و وحشت)
- ✓ ۲۴۹ ترس

این تصور نادرستی است که موارد و مسائل بر و منفی، فقط برای من اتفاق می افتد نه دیگران.



- ✓ ۲۵۱ اضطراب یا نگرانی
- ✓ ۲۵۲ استرس
- ✓ ۲۵۳ ۷ سالگی به بعد و تغییرات ترس و اضطراب در کودکان
- ◆ عوارض و آسیب‌های فیزیکی و روان‌تنی (Psychosomatic)
- ◆ علل و عوامل اضطراب و وحشت در مواردی که باعث شروع یا شدت آن می‌شود
- ✓ ۲۵۶ آیا پدر و مادر می‌تواند برای فرزندش درد دل کند؟
- ✓ وقتی فرزندمان گرفتار ترس، اضطراب و وحشت می‌شود باید او را بفهمیم
- ✓ ۲۶۲ اگر فرزند ما از چیزی می‌ترسد چگونه می‌توان به او کمک کرد؟
- ✓ ۲۶۴ علل و عوامل این گرفتاری‌ها را بشناسیم
- ✓ ۲۶۴ تیک زدن
- ✓ ۲۶۵ وسواس یا گیر دادن (Obsession)
- فصل ششم (افسردگی)
- ◆ نشانه‌ها و علائم افسردگی در کودکان

ضمیمه، ذهن و حتی بدن ما در کودکی تصمیم می‌گیرد که در بزرگسالی و چه بسا در همه‌ی عمر، چگونه با مسائل و موضوعات برخورد کند.



❖ **سرزنش نمودن آتش بجاخت را شعله‌ور می‌کند** ❖ حضرت علی (ع)

## دوران مدرسه یا دبیرستان و محیط آموزشی فصل ۱

همانطور که می‌دانید دوران ۷ تا ۱۳ سالگی دوران مدرسه یا دبیرستان می‌باشد و غالب اوقات موضوع اصلی و اساسی در این دوره حوادث و اتفاقاتی است که در مدرسه یا پیرامون مدرسه و بعداً در خانه اتفاق می‌افتد. بنابراین در شرایطی عادی و معمولی فرزندان ما بین ۷ تا ۱۳ سالگی درگیر مدرسه و روابط و موقعیت‌هایی هستند که در محیط آموزشی وجود دارد. همانطور که در موضوعات قبلی به آگاهیتان رسید که از همین انتشارات منتشر شده است این است که:

### ◆ اجزای خانه پرورش، تعلیم و تربیت

✓ دارای کفی می‌باشد که "عشق، محبت و نوازش" است.

✓ سقفی دارد که "نظم، انضباط و آرامش" است.

✓ چهار دیواری آن "آموزش" خواهد بود.

◆ **چهار مطلب مهم و اساسی و پایه بین ۷ تا ۱۳ سالگی**

به نظر می‌رسد که بین ۷ تا ۱۳ سالگی موضوع اصلی و اساسی زندگی فرزندان من و شما **چهار مطلب مهم** و اساسی است که در این ایام باید آموخته شود:

**مورد اول: "یادگیری علم و آموزش"** که در این ایام باید آموخته شود.

**مورد دوم: "زمینه هنری مخصوصاً موسیقی و نقاشی"** است که باید

مورد توجه فرزندان من و شما قرار بگیرد و البته **کارهای دستی** که به

آن اضافه می‌شود.

**مورد سوم: "موضوع ورزش کردن"** نه به معنی بازی که تا به حال

بوده بلکه به عنوان ورزش یا (Sport) که نوعی فعالیت مرتب، منظم و با

قاعده می‌باشد و اغلب اوقات با همکاری گروهی همراه است.

**مورد چهارم: بسیار مهم است "دوستی و صمیمیتی"** است که از این به

بعد در روابط به وجود خواهد آمد و چه بسا تمام عمر با او خواهد بود.

