

## سرفصل‌های دوره فرزندپروری حرفه‌ای

مدرس: استاد عزت طلب

۴۷ جلسه ویدئویی به مدت تقریبی ۱۱ ساعت

### دوره مقدماتی

#### کلیات فرزندپروری

- ✓ تربیت یعنی چه؟
- ✓ تربیت از چه زمانی شروع می‌شود؟
- ✓ چه ابعادی از شخصیت والدین در فرزندپروری تاثیرگذار است؟

- ✓ ۴ بعد مهم شخصیت مردان در فرزندپروری
- ✓ سفر در منطقه سبز فرزندپروری
- ✓ اصول مهم فرزندپروری

- اصل ایجاد حرمت نفس
- اصل توجه به نگرانی‌های فرزند
- اصل آداب دانی
- اصل توجه به تفاوت‌های فردی
- اصل تسهیل
- اصل بهره‌گیری مطلوب از تکنیک‌ها

- ✓ باورهای نادرست در تربیت

#### مهارت‌های مهم در فرزندپروری

- ✓ مهارت توجه کردن
- ✓ مهارت بی‌توجهی کردن
  - برای کدام رفتارها می‌توان از بی‌توجهی فعال استفاده کرد؟
  - چند اصل اساسی در نادیده گرفتن
- ✓ مهارت دستور دادن
  - ۶ دستوری که فرزندان اجرا نمی‌کنند؟
  - چگونه دستور بدهیم که فرزندان آن‌ها را انجام بدهند؟
- ✓ مهارت پاداش دادن
  - انواع پاداش‌ها



- چه زمانی پاداش بدهیم؟
- قوانین مهم در پاداش دادن
- به چه رفتارهایی پاداش بدهیم؟
- تکنیک پاداش ژتونی!
- نکات مهم در تشویق و پاداش دادن

## ✓ مهارت تنبیه کردن!

- تنبیه چیست؟
- آثار تنبیه بدنی
- روش‌های جایگزین تنبیه بدنی
- روش‌های غیرمستقیم در تنبیه کردن
- روش‌های مستقیم در تنبیه کردن
- قانون های ۱۰ گانه تنبیه!!
- تنبیه های ملایم کدامند؟
  - سرزنش کردن
  - پیامدهای طبیعی
  - پیامدهای منطقی
  - جریمه رفتاری
  - محرومیت زمان‌مندی

## دوره تکمیلی

### مقدمه

- ✓ الزامات عاشق فرزندان بودن
- ✓ موثرترین روش تنبیه ملایم
  - تکنیک محرومیت زمان‌مند
  - برای چه رفتارهایی می‌توان از محرومیت زمان‌مند استفاده کرد؟
  - محرومیت زمان‌مند در چه مواردی جواب نمی‌دهد؟

## مشکلات خاص رفتاری کودکان

- ✓ دلایل مشکلات رفتاری کودکان
- ✓ پرخاشگری کودک و راهکارهای مواجهه
  - چه زمان‌هایی به کمک نیاز داریم؟!
- ✓ زیاده‌طلبی فرزندان و راهکارهای مواجهه

- ✓ حاضر جوابی، ناسزاگویی و راهکارهای مواجهه
- ✓ دروغگویی فرزندان و راهکارهای مواجهه
- ✓ سرکشی، طغیان گری و نافرمانی فرزندان و راهکارهای مواجهه
- ✓ نق زدن فرزندان و راهکارهای مواجهه
- ✓ نسنجیده حرف زدن فرزندان و راهکارهای مواجهه
- ✓ گاز گرفتن و راهکارهای مواجهه
- ✓ حرف گوش نکردن و راهکارهای مواجهه
- ✓ زورگویی و راهکارهای مواجهه
- ✓ بی نظمی و راهکارهای مواجهه
- ✓ کم رویی و راهکارهای مواجهه
- ✓ ناخن جویدن و راهکارهای مواجهه
- ✓ شب ادراری و راهکارهای مواجهه
- ✓ ترس از تاریکی و راهکارهای مواجهه

## تکنیک هایی برای تقویت رفتارهای مطلوب فرزندان

- ✓ قانون مادر بزرگ
- ✓ ارائه الگوی خوب
- ✓ شکل دهی گام به گام
- ✓ علامت گذاری رفتار مثبت
- ✓ زنجیره ای سازی
- ✓ اصول ایجاد عزت نفس در فرزندان
- ✓ عوامل تقویت عزت نفس در فرزندان
- ✓ راهکارهای تقویت ایمان و رفتارهای دینی
- ✓ ۱۰ مورد از مهمترین خطاهای تربیتی
- ✓ کمک به کودک برای بیان احساسات

