

unicef 
for every child

مراكز مراقبت روزانه به عنوان فضای امن و خلاق

حقوق کودک و کودکی مثبت
استراتژی

راهنمای عملی برای والدین کودکان خردسال





مراكز مراقبت روزانه به عنوان فضای امن و خلاق

حقوق کودک و کودکی مثبت استراتژی

راهنمای عملی برای والدین کودکان خردسال

فهرست

مقدمه.	۶
مقدمه.	۹
حقوق	۱۱
حق بازی، یادگیری و خلاقیت.	۳۱
حق ایمنی و حفاظت.	۵۱
حق فردیت و ابراز وجود.	۷۱
حق تغذیه و رفاه.	۹۱
حق انضباط و آموزش رفتاری بدون خشونت	۱۲
حق روابط و اجتماعی شدن دستورالعمل هایی برای شیوه های مناسب و نامناسب برای والدین کودکان	۵۲
پیش دبستانی	

(۳۱).....(سنین 2-6)



مقدمه

خواننده محترم

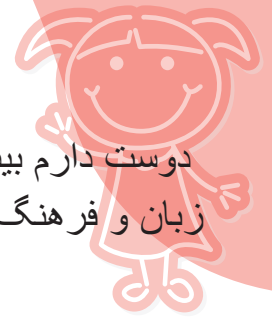
اسم من احمد است چون حق دارم نام داشته باشم. من ۵ ساله هستم، من نام خود را می دانم زیرا حق ثبت نام و به رسمیت شناخته شدن را دارم. من فرد منحصر به فرد و خاص هستم هیچکس مثل من نیست چون من حق دارم تا خودم باشم

زادگاه من افغانستان است. در حال حاضر، کشور من بسیار پر سر و صدا است خیلی هم هست! هرج و مرج... به همین دلیل با خانواده ام افغانستان را ترک کردیم زیرا

من حق زندگی دارم! اولش خیلی ناراحت بودم. وقتی ما رفتیم خواهر بزرگم هنوز در افغانستان زندگی می کرد. اما امروز خیلی خوشحالم. الان همه با هم هستیم چون حق دارم با خانواده ام محشور شوم من حق دارم پدر و مادری داشته باشم که از من مراقبت کنند. در راه آلبانی، والدینم به من اطمینان دادند که در امنیت خواهم بود زیرا همه چیز امن تر بود! من واقعاً می خواستم این را باور کنم زیرا این حق را دارم از هر شکلی از خشونت، سوء استفاده یا درگیری محافظت شوم این حق من است که در صلح زندگی کنم. من واقعاً می خواهم آزاد و در آرامش زندگی کنم... حتی اکنون به عنوان یک کودک و زمانی که بزرگ شدم. در حال حاضر من در شنجین زندگی می کنم. من خانه جدیدم را دوست دارم چون حق دارم. برای زندگی در یک مکان امن! دلم برای خانه ام در افغانستان تنگ شده است، اما بستگانم گفته اند که خانه جایی است که پدر و مادرم هستند. من دوستان زیادی دارم، پسر و دختر، با هم بازی می کنیم حق تفریح و گذراندن اوقات فراغت با بازی در دو ماه گذشته، من به مرکز مراقبت روزانه رفته ام

YWCA

چون حق تحصیل دارم از اعداد تا حروف الفبا، از داستان تا شعر، هر روز دانایتر می شوم. چیزی که من



دوست دارم بیشتر این است که مربیان از بازی ها و فعالیت های سرگرم کننده زیادی استفاده می کنند. این زبان و فرهنگ متفاوت در حال حاضر داریم، ما نیز برای یک جشن بسیار بزرگ آماده می شویم. شعر می آموزیم و آهنگ به زبان افغانی ما هم لباس های سنتی خود را خواهیم پوشید.

با وجود اینکه در آلبانی هستم، حق دارم زبان و هویت خود را حفظ کنم. وقتی با والدینم بیرون می روم، اغلب با کودکان و بزرگسالان آلبانی ملاقات می کنم.

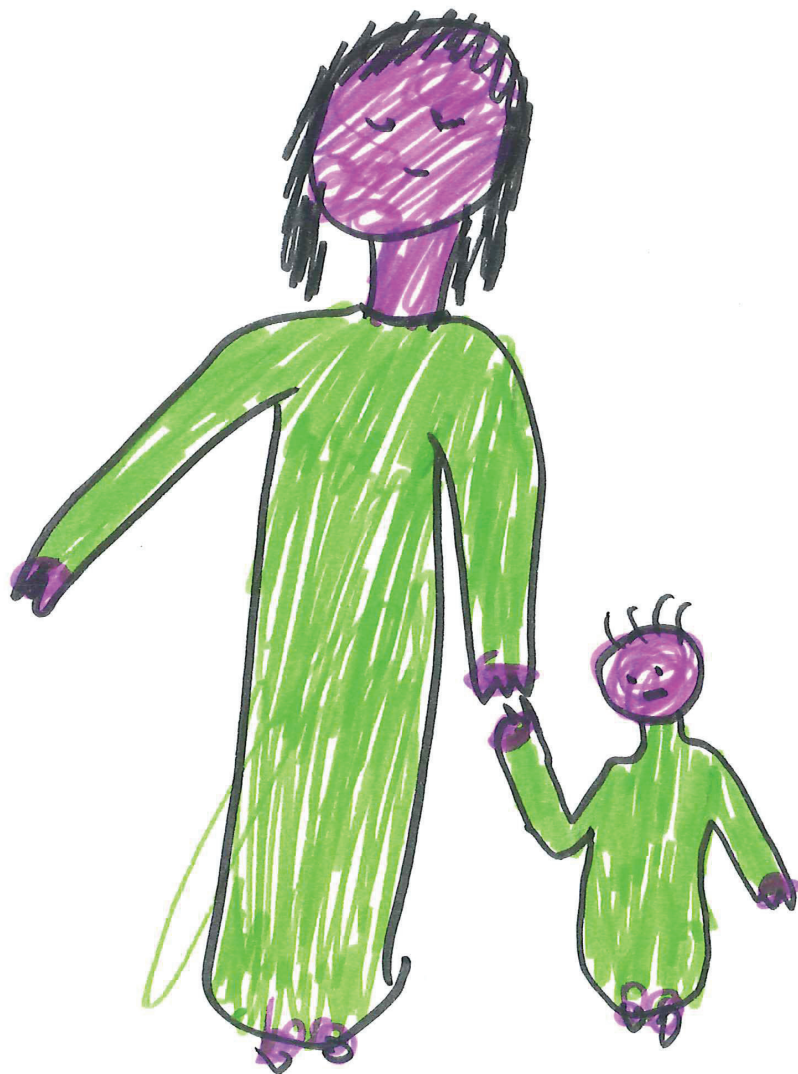
آنها به گرمی از من استقبال می کنند. احساس خیلی خوبی دارم چون حق قبولی دارم و مورد تعصب یا تبعیض قرار نگیرد.

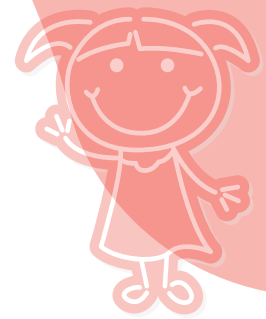
من خیلی حقوق دیگه هم دارم تمام این حقوق بر جسمی و سلامت روانی من متمرکز است. پس بیایید با پدر و مادرمان بنشینیم و مرور کنیم

از طریق صفحات این کتاب! من حق دارم که نظم و انضباط مثبت داشته باشم، محافظت شده، دوست داشتنی و پذیرفته شده باشم.



ZANAB
زینب





مقدمه

این راهنما برای کمک به همه والدین کودکان خرد سال تهیه شده است به ویژه والدین افغان که به کشور ما آمده اند. هدف راهنما است که نقش خود را در مراقبت و کمک به والدین کودکان خرد سال رشد این گروه سنی، به ویژه در زمان های چالش برانگیز و شرایط نقل مکان به کشور جدید در قسمت ابتدایی راهنما، والدین با حقوق کودکان خرد سال آشنا می شوند. این حقوق به زبان ساده توسط کودکان ارائه می شود.

و در قالب درخواست اقدامات سالم از سوی والدین در امر تربیت این حقوق به کودکان خرد سال کمک می کند تا احساس ارزشمندی، درک و حمایت را در خود داشته باشند. این پیام ها می تواند به والدین کمک کند تا بفهمند کودکان خرد سال چگونه نیاز به حمایت، درک، جسمی عاطفی امنیت دارند اینها برخی از حقوق اساسی است که کودکان می خواهند داشته باشند. مورد احترام والدین در طول این سال های شکل گیری، برای کمک به آنها احساس حمایت و در حضور و مراقبت پدر و مادر، خصوصاً در بیشتر، ایمن باشند

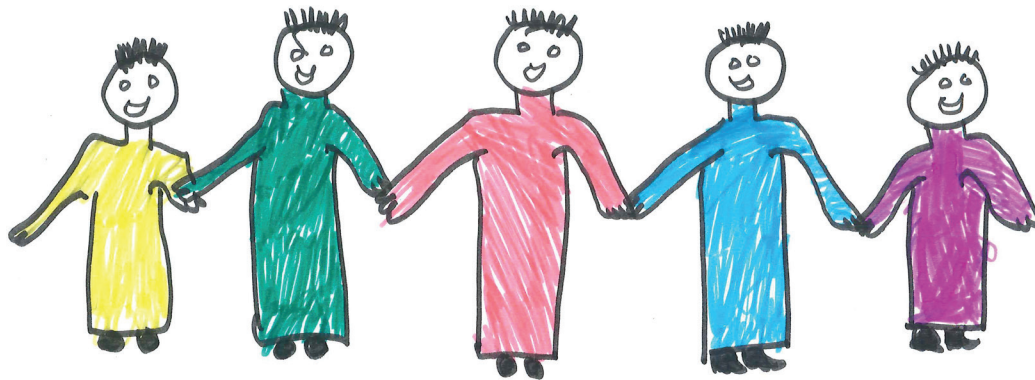
لحظات چالش برانگیز آنها برای کمک به کودکان در یادگیری نحوه مواجهه ضروری هستند. چالش ها، مشکلات را حل کرده و در مسیر توسعه خود احساس حمایت می کنند. آنها برای کمک به کودکان برای درک دنیای اطراف خود به روشی مناسب و احساس امنیت از پاسخگویی والدین به سوالات آنها بسیار مهم است

نیازهای عاطفی این حقوق بر اهمیت بازی به عنوان ابزاری قدرتمند برای کمک به کودکان تأکید دارد. کنار آمدن و پردازش احساسات مختلف. با ارائه فرصت های رایگان و بازی ایمن، به کودکان فضایی داده می



شود تا احساسات قوی را درمان کرده و تبدیل کنند. روشی سالم برای رشد عاطفی و اجتماعی آنها کودکان آواره از وطن با یک سری مشکلات، موقعیت‌های غیرعادی چون وطن خود را ترک می‌کنند، خانه‌های خود را از دست می‌دهند و خانواده، و در کنار آن، فرصتی برای زندگی آنگونه که به آن عادت کرده اند به خصوص خطرناک است در چنین شرایط اضطراری، کودکان خردسال، بیش از بزرگسالان، به موارد اضافی نیاز دارند توجه و نظارت بر سلامت روان برای غلبه بر افسردگی، ترس، استرس نگرانی های مختلفی که در چنین شرایط چالش برانگیزی به وجود می آیند.

my family Rahimallah





(حقوق زبان و صدای کودک)

شیوه رشد من در سال‌های اولیه تعیین می‌کند که چه کسی خواهم شد زمانی که من بزرگ شوم. این سال‌های اولیه برای سلامتی من بسیار مهم هستند و بر چگونگی آن تأثیر خواهند گذاشت. در این سال‌های اولیه می‌تواند همه چیز را برای من و سلامتی من چالش برانگیز تر کند. کارهایی که انجام می‌دهم و یاد می‌گیرم "من حق دارم شاد باشم، صرف نظر از اینکه کی هستم، کجا زندگی می‌کنم یا چه چیزی زبانی که من صحبت می‌کنم من منحصر به فرد هستم و باید به دیدگاه من احترام گذاشت، صرف نظر از اینکه من پسر هستم یا دختر، یا اگر چیزی دارم که باعث می‌شود متفاوت از دیگران هیچ یک از ما بچه‌ها نباید احساس کنیم که با آنها بدرفتاری شده است. حق زندگی بدون تبعیض از بزرگسالان می‌خواهم هنگام تصمیم‌گیری به ما فکر کنند، آنها باید انجام دهند هر چیزی که برای من بهترین است، برای محافظت از من، مراقبت از من و ایجاد احساس در من حق مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها به نفع کودک است من دوست دارم در امان باشم و سالم بزرگ شوم. از دولت می‌خواهم که تضمین کند همه بچه‌ها به بهترین شکل ممکن زندگی می‌کنند و بزرگ می‌شوند.





حق بازی، یادگیری و خلاقیت

من می خواهم چیزهای جدیدی بیاموزم! به من کمک کنید جهان را از طریق کتاب ها، داستان ها و ... کشف کنم فعالیت های سرگرم کننده یادگیری باعث رشد من می شود بازی به من کمک می کند تا چیزها را بهتر یاد بگیرم، تصور کنم و درک کنم. به این ترتیب، من رشد می کنم.

من از طریق طبیعت یاد می گیرم! سعی کنید در سفرهای خارج از منزل برای کشف طبیعت با من همراه باشید. با یکدیگر وقتی در طبیعت گل ها، گیاهان و حیوانات را می بینم، به من کمک می کند تا در مورد آن بیاموزم. از اینکه برای گوش دادن به داستان های من وقت گذاشتید متشکرم! در دنیای تخیلی من به من بپیوندید

وقتی افسانه می گویم یا داستان می سازم، در حال ساختن و استفاده از مهارت های تخیلی خود هستم. حق تخیل و داستان سراییبه تخیل من فضا بدهید! به من کمک کنید چیزهای جدیدی خلق کنم و افکارم را بیان کنم. وقتی با رنگ ها روی کاغذ حرکت می کنم یا چیزهای مختلف می سازم، خلاقیت خود را توسعه می دهم. گاهی اوقات، من هم نیاز به استراحت دارم. اجازه دهید وقتی خسته یا خواب آلود هستم استراحت کنم. این به من کمک می کند تا دوباره شارژ شوم
با انرژی و آماده برای ماجراهای جدید باشم.

از اینکه به سوالات من پاسخ دادید متشکرم! سعی کنید به من کمک کنید اطلاعات بیشتری در مورد جهان پیدا کنم. وقتی مرا تشویق می کنید که بپرسم و بیشتر بدانم، به من کمک می کنید کنجکاوی کنم و میل به یادگیری. "حق سوال پرسیدن و یادگیری به من کمک کنید چیزهای جدید را کشف کنم و یاد بگیرم. وقتی به من در کشف چیزی کمک می کنید. شما به من کمک می کنید مهارت های خود را تقویت کنم و در مورد



جهان اطراف احساس کنجکاو می کنم .

من می خواهم چیزهای جدیدی بیاموزم! به من کمک کنید جهان را از طریق کتاب ها، داستان ها و ... کشف کنم. فعالیت های لذت بخش یادگیری باعث رشد من می شود حق یادگیری و کشف دارم.

باسم



my Body

kasam



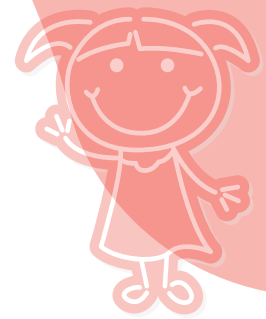
my body



حق امنیت و حفاظت

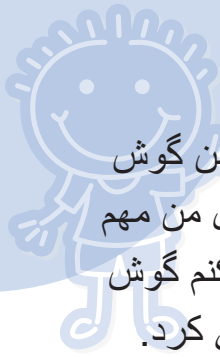
بدن من مال من است. افکار و احساسات من نیز قبل از هر چیز مال من است آنها به من این حق را میدهند که تصمیم بگیرم چه کسی مرا لمس کند. بدون اجازه من به من دست نزنند و اجازه ندهید دیگران بدون تایید من این کار را انجام دهد. حق حمایت خود از نظر جسمی و عاطفی من باید احساس امنیت و محافظت کنم مطمئن شوید که در محیطی امنی هستم که بتوانم بدون نگرانی خودم باشم حق احساس امنیت صحبت کردن و آگاهی از هر شکلی از سوء استفاده یا بی توجهی که ممکن است رخ دهد. بسیار مهم است هرچی بیشتر در مورد این چیزها صحبت کنیم بیشتر میتوانیم به جلوگیری از خطرات کمک کنیم. اگر فکر میکنید که من یا کودکی دیگر در معرض خطر هستیم ضروری است که فوراً گزارش دهید این میتواند به توقف این وضعیت کمک کند.





حق فردیت و ابراز وجود

بگذارید خودم باشم! سعی کنید بپذیرید که منحصر به فرد هستیم و علایق متفاوتی داریم. وقتی به من اجازه می‌دهید که خودم را به روش‌های مختلف بیان کنم، به من کمک می‌کند تا خودم را توسعه دهم. من هم احساساتی دارم! لطفاً اجازه دهید آنها را بیان کنم. مهم این است که در مورد چگونگی صحبت کردن چه خوشحالم، چه غمگین یا هیجان زده، احساس می‌کنم. حق بیان احساساتم اجازه دهید چند انتخاب داشته باشم. این به من کمک می‌کند احساس استقلال کنم. حتی انتخاب‌های کوچک هم می‌توانند انجام دهند. من احساس می‌کنم مهم هستم حق انتخاب در حد منطقی به من کمک کنید کاوش کنم! سعی کنید به سوالات من پاسخ دهید و به من کمک کنید تا پاسخ‌ها را پیدا کنم آزمایش وقتی چیزهای جدید را کشف می‌کنم، دیدگاه خود را نسبت به آن گسترش می‌دهم من یاد می‌گیرم خودم را بشناسم! سعی کنید به من کمک کنید تا هویتم را کشف کنم و برای آن انتخاب کنم وقتی به من اجازه می‌دهید فعالیت‌ها و چیزهایی را که دوست دارم تجربه کنم، به من کمک می‌کنید تا بسازم من در حال یادگیری مستقل بودن هستم! سعی کنید کارهای کوچکی را به من بدهید که خودم بتوانم انجام دهم. چه زمانی شما به من اجازه می‌دهید در کارهای خانه کمک کنم یا غذا درست کنم، به من کمک می‌کنید که چگونه این کار را یاد بگیرم. مسئولیت‌پذیر و مستقل باشید حق استقلال و مسئولیت من باید آزادانه صحبت کنم. لطفاً مرا تشویق کنید که آشکارا در مورد آنچه احساس می‌کنم صحبت کنم. تجربیاتی که دارم گاهی بیان احساساتم برایم سخت است، اما لطفاً کمک کنید من خودم را می‌فهمم حق ارتباط باز به من کمک کنید بازی کنم و احساساتم را بیان کنم. وقتی بازی می‌کنم و احساساتم را از طریق آن بیان می‌کنم. اکنون می‌توانم توقف کنم و فکر کنم. سعی کنید به من کمک کنید آرامش را درک کنم و یاد بگیرم عمیق‌تر نگاه کنم به احساسات من وقتی آرامش پیدا می‌کنم، به من کمک می‌کند درباره



خودم بیاموزم از شما متشکرم که وقتی صحبت می‌کنم گوش می‌دهید. لطفاً زمانی که می‌خواهم به من گوش دهید احساساتم را به اشتراک بگذارم یا زمانی که می‌خواهم در مورد ماجراهایم به شما بگویم. برای من مهم است بدانم که مرا درک می‌کنی حق ابراز وجود و گوش دادن از شما متشکرم که وقتی سوال می‌کنم گوش دادید. برای من مهم است که بدانم می‌توانم با شما صحبت کنم. و وقتی سوالی داشتم گوش خواهی کرد. دوست دارم بدانم همه چیز درست خواهد شد به من کمک کن تا یاد بگیرم چگونه آشکار صحبت کنم. وقتی صادقانه به من پاسخ می‌دهی و به من کمک می‌کنی چیزها را با کلمات ساده بفهمم، شما به من کمک می‌کنید درک خود را توسعه دهم از اینکه به من اجازه دادید بازی کنم و احساساتم را بیان کنم متشکرم. بازی به من کمک می‌کند داستان بگویم و مهارت‌های مقابله‌ای را ایجاد کنید. مثل دنیایی است که می‌توانم مشکلات را در آن کنترل و حل کنم.

My Friend



STEEA
سعدیه



حق تغذیه و تندرستی

من به غذا و مراقبت مناسب نیاز دارم تا قوی و سالم شوم. مطمئن شوید که خوشمزه و وعده های غذایی مغذی حق تغذیه و مراقبت سالم به من کمک کنید از نظر جسمی احساس خوبی داشته باشم. وقتی درد دارم یا حال خوب نیست، دوست دارم بدانم که می توانید به من کمک کنید تا بهبودی پیدا کنم و احساس بهتری داشته باشم حق سلامت و تندرستی من به محبت و مراقبت شما نیاز دارم. گذراندن وقت با هم به ما کمک می کند تا به هم پیوند بخوریم و زیبایی خلق کنیم اگر متوجه شدید که من در صحبت کردن یا حرکت کردن مشکل دارم، یا اگر خیلی غمگین به نظر می رسم یا که علاقه ای به بازی با دیگران ندارید، مهم است که از کسی که در مورد آن می داند بپرسید. اگر اشتباه کنم اشکالی ندارد. اینطوری یاد می گیرم! مرا تشویق کنید دوباره تلاش کنم و یاد بگیرم از اشتباهاتم. سعی کن به قدم های من احترام بگذاری. سعی کن مرزها و آنچه مجاز است را به من بیاموزی. وقتی تو به مرزهای من احترام بگذار، این به من یاد می دهد که چگونه به مرزهای دیگران احترام بگذارم به نیاز من به حریم خصوصی احترام بگذارید! سعی کنید درک کنید که زمان هایی وجود دارد که می خواهم باشم تنها برای بازی یا فکر کردن وقتی میل من به تنهایی در زمان های خاص رعایت شود، کمک می کند من یاد می گیرم به نیازهای دیگران احترام بگذارم. من در حال یادگیری چیزهایی هستم که از من انتظار می رود. سعی کنید در هنگام یادگیری با من صبور باشید وقتی به من زمان لازم را می دهید تا یاد بگیرم و در لحظات سخت به من کمک کنید، کمک می کند ن یاد می گیرم که چگونه همین کار را برای دیگران انجام دهم. حق صبر و درک به من کمک کنید مراقبت از محیط زیست را یاد بگیرم! سعی کنید به من کمک کنید تا یاد بگیرم چگونه از خود مراقبت کنم محیط اطراف. وقتی به من یاد می دهی چگونه از طبیعت محافظت کنم و از محیط زیست مراقبت کنم، این به من کمک می کند تا



مسئولیت پذیری در قبال دنیای اطراف را بیاموزم. وقتی خوشحالم من در جای امنی هستم. لطفا مطمئن شوید که محیط زیست امن و پایدار است برای من مهم است که هر جا می روم احساس امنیت کنم. حق داشتن یک زندگی سالم را دارم به من کمک کنید یاد بگیرم چگونه مشکلات را حل کنم. وقتی مهارت های خود را در یافتن به من نشان می دهید راه‌هایی که وقتی چیزی خوب پیش نمی‌رود، شما به من کمک می‌کنید یاد بگیرم چگونه سازگار شوم و پیدا کنم حق مهارت های حل مسئله مهم این است که به من بیاموزید چگونه خوب رفتار کنم، نه اینکه مرا تنبیه کنید من به زمان و کمک نیاز دارم وقتی چیزهای جدید یاد می‌گیری، نه تنبیه وقتی در لحظات سخت به من کمک می‌کنی، تو به من کمک می‌کنی یاد بگیرم چطور با دیگران خوب رفتار کنم برای من، بهتر است توضیح دهید که چه کاری باید انجام دهم، نه اینکه چه کاری را نباید انجام دهم لطفاً، یک مثال مثبت برای من باش، به من کمک کن تا بفهمم چگونه بهتر رفتار کنم. وقتی تو مجازاتم کن، تو به من کمک نمی‌کنی چیزهای جدید یاد بگیرم. بهتر است راه دیگری داشته باشیم تا به من کمک کند رفتارم را تغییر دهم. اگر مدیریت من و رفتارم یا نحوه ابراز احساساتم برایتان دشوار است، بهتر است از سایر متخصصان کمک بگیرم تا بفهمم چه اتفاقی برای من می‌افتد و چه چیزی باعث این حالت می‌شود.



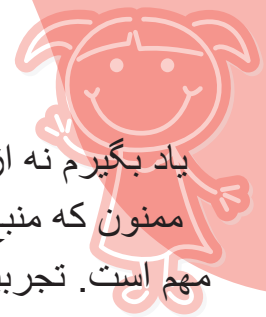
حق روابط و اجتماعی شدن

هنگامی که تغییرات مهمی در زندگی ما رخ می دهد، لطفاً به من اطمینان دهید در لحظات سخت، باید بدانم که والدینم برای حمایت از من و اطمینان بخشیدن به من هستند هنگامی که احساس ناراحتی یا نگرانی می کنم، لطفاً به من گوش دهید. وقتی اتفاقاتی می افتد برای من سخت است که حالت بد می شود من می خواهم بدانم که شما برای من اینجا هستید و می فهمید هنگامی که احساس ترس یا نگرانی می کنم، لطفاً کمک خود را به من ارائه دهید. برای من دشوار است احساس گجی یا ترس کنید من می خواهم بدانم که می توانم پیش شما بیایم و شما می توانید به من کمک کنید احساس کنم وقتی تغییرات غیرمنتظره ای رخ می دهد، به من زمان دهید تا آنها را درک کنم. گاهی اوقات تغییرات من را کمی عصبی می کند. من دوست دارم زمان برای درک آنها باشد. درست است روتینی ایجاد کنید که به من احساس امنیت و نظم دهد. باید بدانم روزهایم چگونه است در آینده خواهد بود حق داشتن یک روال و ساختار پایدار لطفاً وقتی غمگین یا خسته هستم مرا درک کنید. توضیح دادن برای من همیشه آسان نیست چه احساسی دارم ممکن است زمان ببرد تا یاد بگیرم چگونه احساساتم را بیان کنم. وقتی احساس ترس یا ناراحتی می کنم، لطفاً به من کمک کنید تا احساس بهتری داشته باشم. کلمات محبت آمیز شما و گرمی دست های تو به من کمک می کند که آرامش بیشتری داشته باشم وقتی غمگینم یا میترسم لطفاً کنارم باش. وقتی تو هستی قلبم بهتر می شود نزدیک من باشید و به من اطمینان دهید که همه چیز درست خواهد شد شما به من کمک می کنید تا یاد بگیرم چگونه از الگوی خوب خود پیروی کنم. وقتی قدرت خود را نشان می دهید و انعطاف پذیری در مواجهه با چالش ها، شما همچنین به من کمک می کنید یاد بگیرم که چگونه صبور و قوی باشم وقتی در مواقع سخت آرام و امن هستید، به من کمک می کنید احساس امنیت بیشتری داشته باشم. این مهم است برای اینکه بدانم وقتی به راحتی و حمایت نیاز دارم



می توانم به تو تکیه کنم از شما متشکرم که به من نشان دادید چگونه در مواقع دشوار به دنبال کمک باشم. لطفاً به من کمک کنید تا یاد بگیرم مهم این است که در مورد مشکلات صحبت کنیم و در صورت نیاز به دنبال کمک باشیم ارتباط باز شما به من کمک می کنید وقتی یک روال منظم داریم احساس امنیت بیشتری کنم کارهای روزمره و ایجاد یک فضای آرام در خانه، به من کمک می کنید وقتی در موقعیت های مختلف ثابت هستید، به من کمک می داشته باشم درباره آنچه در حال رخ دادن است. وقتی در موقعیت های مختلف ثابت هستید، به من کمک می کنید احساس امنیت بیشتری داشته باشم. من می خواهم بدانم که حتی در لحظات سخت، می توانم از شما انتظار حمایت و کمک داشته باشم از تشویق شما متشکرم!

فعالیت ها و ماجراجویی ها، شما به من کمک می کنید که به خودم اعتماد و اعتماد بیشتری داشته باشم حق تشویق و حمایت شما به من کمک می کنید در مکانی شاد و امن رشد کنم. زمانی که یک مکان دلپذیر و لذت بخش خلق می کنید محیط خانه، شما به من کمک می کنید احساس شادی و امنیت بیشتری داشته باشم از اینکه به من امنیت دادید متشکرم. وقتی پاسخ هایی ارائه می دهید که احساس بهتری به من می دهد و ایمن تر از آنچه اتفاق می افتد، شما به من کمک می کنید تا درک کنم و احساس امنیت بیشتری کنم حق هدایت عاطفی شما به من کمک می کنید وقتی شما را خوشحال می بینم احساس خوبی داشته باشم. برای من مهم است که ببینم شما خوب هستید وقتی آرام و راضی هستید، به من کمک می کنید احساس امنیت بیشتری داشته باشم. این برای من بسیار مهم است بدان که می توانم به تو تکیه کنم و تحت مراقبت تو احساس امنیت کنم از اینکه احساسات را به من گفتم متشکرم. به من کمک کردی یاد بگیرم چگونه با احساسات کنار بیام و چگونه یک زندگی شاد و راضی داشته باشم. حق داشتن الگوهای مثبت ممنون که وقتی احساس خستگی می کنم کنارم هستی. کمک کردی احساس بهتری داشته باشم و درک کنم که چگونه با احساساتم کنار بیایم. حق امنیت عاطفی شما به من کمک می کنید یاد بگیرم چگونه احساسات را کنترل کنم. وقتی به من تکنیک هایی مانند مدیتیشن، تنفس عمیق، یا به من کمک کنید تا بفهمم چگونه در شرایط دشوار با آرامش واکنش نشان دهم. لحظه ها، تو به من کمک می کنی احساساتم را تغییر دهم از شما برای ایجاد یک محیط شاد در خانه متشکرم. وقتی از امید صحبت می کنید، خوش بینی، و باعث می شویم احساس شادی کنیم، به من کمک می کنی در خانه احساس شادی و آرامش بیشتری داشته باشم حق داشتن یک محیط مثبت شما به من کمک می کنید از شما



یاد بگیرم نه از رسانه ها. دانستن آن برای من مهم است چه اتفاقی از شما می افتد، چه کسی بهتر می داند ممنون که منبع قابل اعتمادی هستید زمانی که احساس اضطراب یا نگرانی می کنم، بازی برای من بسیار مهم است. تجربیات چالش برانگیز من می تواند به بازی تبدیل شود و به من کمک کند احساس امنیت بیشتری داشته باشم و احساساتم را بهتر درک کنم حق بازی و شفا وقتی بازی می کنم، می توانم رویدادهای بازی را تغییر دهم، به عنوان مثال، می توانم سرنوشت بازی را تغییر دهم شخصیت ها به عنوان راهی برای کنترل داستانی که در ابتدا خوب نبود. بازی کمک می کند من احساسات قوی مانند غم یا ترس را کاهش می دهم. چون می توانم بی پایان بازی کنم، می توانم تغییر کنم شرایط و کمک به خودم احساس بهتر. بازی کردن به من کمک می کند تا با احساسات کنار بیایم و یاد بگیرم نحوه برخورد با شرایط سخت از طریق بازی، می توانم راه هایی برای رویارویی با چالش ها پیدا کنم به سادگی. بازی کردن برای من مانند راهی برای شفا است. وقتی آزادانه و بدون محدودیت بازی می کنم احساسات، به من کمک می کند احساس بهتری داشته باشم. وقتی شما والدین درگیر بازی با من می شوید، احساس می کنم خیلی خوشحال. مثل لحظه ای است که هر دوی ما احساس خاصی می کنیم. از شما متشکرم که به من اجازه دادید تا به شکل دلخواهم بازی کنم. زمانی که از من قدردانی نمی شود کاری که در بازی انجام می دهم، لذت را از دست می دهم. وقتی تصمیم می گیرم در بازی چه کار کنم، احساس می کنم مثل یک رهبر مثل داشتن قدرت کنترل یک دنیای کوچک است اگر متوجه شدید که من در صحبت کردن یا حرکت کردن مشکل دارم، یا اگر خیلی غمگین به نظر می رسم یا علاقه ای به بازی با دیگران ندارید، مهم است که از کسی بخواهید که می داند چگونه کمک کند فرزندان. وقتی در نمایشنامه به من توجه می کنید و کاری را که من انجام می دهم توصیف می کنید، احساس می کنم مهم هستم مثل داشتن دوستی که مرا درک کند. بازی راهی برای بهبودی من است. وقتی بازی می کنم آزادانه وبدون احساسات محدود، به من کمک می کند تا احساس بهتری داشته باشم. وقتی تصمیم می گیرم چه کار کنم در بازی احساس می کنم یک رهبر هستم. مثل داشتن قدرت کنترل یک دنیای کوچک است



I WANT TO LEARN
TO draw





رهنمودهایی برای اعمال مناسب و نامناسب برای والدین کودکان خورد سال ۲ تا ۶ سال):

هدف از دستورالعمل زیر پرداختن به موضوع بر اساس آن نیست بر روی یک فرمول هنجاری سفت و سخت که باید به شدت دنبال شود اما به والدین کودکان خورد سال (۲ تا ۶ سال) را تشویق کنید تا در مورد همه جنبه های عملکرد آنها فکر کنند هدف انتقاد از والدینی نیست که از شیوه های نامناسب استفاده می کنند زیرا اکثر آنها سعی می کنند بهترین کار خود را انجام دهند، اغلب در شرایط بسیار ضعیف شرایط چالش برانگیز، از جمله آموزش ناکافی و محدود منابع و غیره. امید ما این است که با برجسته سازی به آنها در تلاش هایشان کمک کنیم



My Friend

SANA

سنا



برخی از عناصر مهم برای اعمال صحیح:

شیوه های نامناسب	شیوه های مناسب	فعالیت
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از گرسنگی کودک غفلت می کنند سیگنال می دهد یا به طور مداوم ناسالم را ارائه می دهد یا غذای ناکافی که بر سلامت آنها تأثیر می گذارد.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به کودک بی توجهی می کنند یا به او اجازه می دهند لمس یا بازی با اشیاء یا در معرض خطر محیط های بدون نظارت، امنیت کودک را به خطر می اندازد</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین درد فرزند خود را نادیده می گیرند یا اضطراب، منجر به غفلت یا ناامنی می شود</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد نادیده گرفته یا به تأخیر می اندازد معاینات بهداشتی و واکسیناسیون، بر سلامت کودک و والدین از داروهای مختلفی استفاده می کنند و/یا مکمل برای کودک بدون معیارها و بدون پزشک اجازه.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از آموزش بهداشت غافل می شوند تمرین می کند یا تشویق نمی کند سن روال های خودمراقبتی مناسب، بر روی سلامت کودک</p>	<p>برآوردن نیازهای اساسی: والدین تغذیه سالمی را به کودک در زمان مناسب آنها ارائه می دهند</p> <p>تضمین ایمنی: پدر و مادر محیطی امن برای کودکان، جلوگیری از هر گونه حادثه احتمالی خطرات احتمالی را حذف می کند و فعالانه بر فعالیت های آنها نظارت می کند</p> <p>رئه حمایت عاطفی: کودک می افتد و کمی آسیب می بیند. را والدین راحتی، امنیت و مراقبت را ارائه می دهند نیازهای عاطفی کودک را تأمین می کند</p> <p>ایجاد روال برای مراقبت های بهداشتی: کودک به طور منظم تحت معاینات بهداشتی، واکسیناسیون و ویزیت دندانپزشکی قرار می گیرد با توجه به توصیه ها برای اطمینان رفاه کامل</p> <p>تشویق خودمراقبتی و بهداشت: کودک اقدامات اولیه بهداشتی را یاد می گیرد مانند شستن دست ها، استفاده از مسواک و استفاده از توالت به طور مستقل، هدایت شده است توسط والدین</p>	<p>فراهم آوردن مراقبت مناسب</p>



پرورش دادن منحصر به فرد بودن

تشویق فردیت

وقتی کودک به ابراز علاقه می کند سرگرمی/رشته خاصی که والدین تشویق می کنند و از تلاش های آنها در این زمینه حمایت می کند، پرورش فردیت آنها

حمایت مثبت

زمانی که کودک خلاقیت خود را نشان می دهد کار هنری، والدین هنر و تلاش های کودک، تشویق عزت نفس را می ستایند

تشویق به ابراز وجود

کودک به شیوه ای منحصر به فرد لباس می پوشد که شخصیت آنها را منعکس می کند. والدین به انتخاب آنها احترام می گذارد و از طریق لباس ابراز وجود را تشویق می کند

قدردانی از تفاوت ها

کودک با دوستان مختلف بازی می کند پس زمینه ها والدین تشویق می کنند احترام به تنوع، ترویج شمول، و همدلی

ترویج استقلال:

کودک افکار متفاوتی را بیان می کند از والدین والدین با احترام به چه چیزی وارد بحث می شود کودک بیان می کند، به کودک اجازه می دهد نظرات خود را بیان می کنند و انتقادی را تشویق می کنند

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از ویژگی های منحصر به فرد کودک غافل می شوند علایق یا استعدادها والد سرکوب می کند علایق کودک برای هماهنگ کردن هنجارهای از پیش تعیین شده، که ممکن است تأثیر بگذارد توانایی آنها برای بیان منحصر به فرد بودنشان

شیوه نامناسب فرزندپروری

والدین از کودک انتقاد یا مسخره می کنند عبارات یا ایده های منحصر به فرد، که می تواند به عزت نفس و تمایل آنها آسیب می رساند خلاقیت آنها را کشف کنید

شیوه نامناسب فرزندپروری

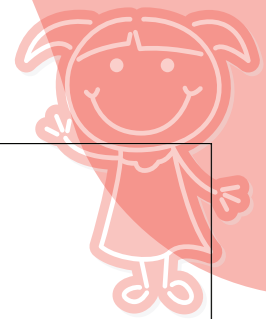
والدین کودک را مجبور می کند لباس بپوشد یا به گونه ای رفتار کنید که مطابق با جامعه باشد هنجارها، سرکوب فردیت آنها و اعتماد به نفس والدین به راحتی اهمیت نمی دهند و لباس مناسب در راستای فصل ها، دما و آب و هوا

شیوه نامناسب فرزندپروری

والد تشویق به طرد شدن یا تبعیض بر اساس تفاوت، پرورش تعصبات یا تفرقه بین فرزندان

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از دیدگاه های کودک غافل می شوند یا نظرات خود را بدون تحمیل می کنند با توجه به دیدگاه کودک، که ممکن است مانع تفکر مستقل شود.



روابط سالم

تشویق تعامل اجتماعی:

کودک با دوستانش بازی می کند. والد ارتباطات را تسهیل می کند و تعامل اجتماعی، تشویق به اشتراک گذاری، و به حل و فصل تعارضات به آرامی کمک می کند، ترویج ایجاد رابطه مثبت مهارت ها.

مدل سازی روابط مثبت:

والدین مهربانی نشان می دهند، همدلی و احترام در روابط با دیگران به عنوان یک الگو برای کودک عمل می کنند در روابط

آموزش همدلی:

کودک دوستی را می بیند که غمگین است. احساسات دوست، پرورش همدلی و تشویق رفتار حمایتی را والدین به کودک کمک می کنند تا درک کند

ارائه فرصت برای بازی گروهی:

والدین فعالیت های گروهی را سازماندهی می کنند، گردش، یا بازی، فراهم کردن فرصت ها برای اینکه کودک در بازی مشارکتی شرکت کند، اشتراک گذاری و کار گروهی با دوستان

ارائه راهنمایی در تعارض

وضوح:

کودک با دوستش اختلاف دارد. والدین کودک را در حل مسئله، تشویق به برقراری ارتباط و سازش برای حل تعارض

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد اصلا سعی می کند از کودک محافظت کند بارها با جلوگیری از بودن با آنها دوستان و یا عدم آدرس و حل و فصل درگیری های کودک با دوستان، بنابراین مانع یادگیری کودک از موقعیت های اجتماعی

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین مدل های انکارگر یا پرخاشگر هستند رفتار در روابط، که می تواند تاثیر منفی بر درک کودک از تعاملات اجتماعی.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین احساسات را نادیده می گیرند یا نادیده می گیرند یا تجربیات دیگران که منجر به کمبود همدلی و درک در کودک می شود

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین کودک را از فعالیت ها منزوی می کنند با بچه های دیگر

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین تشدید را نادیده می گیرند یا اجازه می دهند درگیری در بین کودکان بدون ارائه رهنمودها یا استراتژی های روشن در مورد چگونه برای حل تعارض، منجر به مسائل حل نشده یا پرخاشگری



شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از سوالات کودک غفلت می کنند و کنجکاوی، که منجر به کاهش خواسته های کودکان در مورد اکتشاف و یادگیری.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین دسترسی به اسباب بازی ها و مواد آموزشی، مانع از کودک توانایی شرکت در بازی سازنده

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد اجتناب می کند یا بدون آن سریع می خواند درگیر کردن کودک در بحث یا تعاملات، محدود کردن فرصت ها برای یادگیری

شیوه تربیتی نامناسب:

والدین فقط روی درست تمرکز می کنند به اشتباهات پاسخ می دهد یا انتقاد می کند، که ممکن است کاهش تمایل کودک به تلاش و فرا گرفتن

تشویق کنجکاوی

کودک در مورد پروانه سوال می پرسد. والدین درگیر گفتگو می شوند، اکتشاف را تشویق می کند و اطلاعات مناسب سن کنجکاوی کودک را فراهم می کند و باعث پرورش آن می شود

تهیه مواد محرک

کودک به ساختن علاقه نشان می دهد. این والدین بلوک ها یا پازل های مناسب را ارائه می دهند، کاوش عملی را تشویق می کند.

با هم می خوانیم:

والدین با کودک کتاب می خوانند، درباره داستان، شخصیت ها بحث می کند و می پرسد سوالات باز برای تشویق درک و تفکر انتقادی

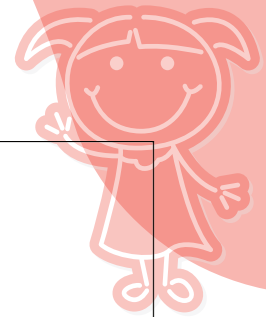
تشویق و مشارکت در اکتشاف:

کودک به طبیعت علاقه نشان می دهد. این والدین کودک را به طبیعت گردی می برند، مشاهدات را مورد بحث قرار می دهد و تشویق می کند اکتشاف، پرورش عشق کودک به یادگیری

حمایت مثبت :

کودک تلاش می کند تا یک معما را حل کند. والدین تلاش، پشتکار و مهارت های حل مسئله، تقویت مثبت نگرش نسبت به یادگیری

**پشتیبانی یادگیری
برای فرزندان خردسال**



اعتماد و امنیت

ایجاد اعتماد از طریق ثبات

روال قبل از خواب برای یک کودک خورد سال والدین یک برنامه منظم قبل از خواب ایجاد می کنند با فعالیت های آرامش بخش مانند خواندن الف داستان، تضمین یک محیط آرام، و در همان حال کودک را به زمان هر شب رختخواب بخوابانید

فرزندپروری مسنول و حمایتی

کودک می افتد و آسیب جزئی می گیرد والدین با همدلی واکنش نشان می دهند، پیشنهاد می دهند آسایش، ناراحتی کودک را برطرف می کند، مراقبت های لازم را ارائه می دهد و حمایت عاطفی ارائه می دهد

تشویق ارتباطات باز

کودک نسبت به آن ابراز ترس می کند شروع/ادامه مهد کودک. را والدین با دقت به صحبت های کودک گوش می دهند، احساسات آنها را می پذیرد و درک می کند و تجربه می کند و سعی می کند با اطلاع رسانی کمک کند در مورد آنچه در مهد کودک اتفاق خواهد افتاد،

رعایت مرزها و استقلال

کودک تمایل خود را برای شخصی ابراز می کند فضا در زمان بازی پدر و مادر احترام می گذارند این درخواست، به کودک اجازه می دهد که داشته باشد فضا و انتخاب آنها در فعالیت ها

در دسترس بودن احساسی مداوم

کودک پس از الف به دنبال آرامش است اختلاف با دوست پدر و مادر است در دسترس عاطفی، ارائه حمایت، راهنمایی و کمک به کودک در مدیریت احساسات آنها

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین خواب ناسازگاری ایجاد می کنند روالها، با برنامه های متفاوت یا بی توجهی برای عمل به وعده های داده شده به کودک، باعث سردرگمی و ناامنی می شود.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از ناراحتی کودک غفلت می کنند یا با احساسات بیش از حد واکنش نشان می دهد و باعث تحقیر یا انسداد در فرزندشان می شود

شیوه نامناسب فرزندپروری:

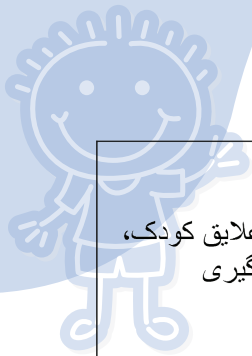
والدین نگرانی های کودک را نادیده می گیرند، پاسخ دادن به کودک در یک بی دقتی شیوه ای بدون گوش دادن، ساختن کودک مشتاق.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد نیاز کودک را نادیده می گیرد فضای شخصی یا مدام مداخله می کند با فعالیت های خود، کودک را به سمت احساس غرق شدن از کمبود فضا یا خودمختاری

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از نظر عاطفی از آنها فاصله دارند کودک یا زمانی که کودک در دسترس نیست به دنبال راحتی یا راهنمایی است که منجر به احساس انزوا یا ناامنی



شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین مانع کاوش یا غفلت می شوند علایق کودک، که می تواند مانع شود کنجکاوی و یادگیری

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد کمال را می ستاید یا بیش از حد است بحرانی، باعث ترس از شکست یا فقدان تمایل به امتحان چیزهای جدید در کودک

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین هر تصمیمی را به او دیکته می کنند کودک بدون اجازه دادن به خودمختاری، که می تواند مانع از توانایی آنها در انتخاب شود و مانع از توسعه استقلال.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین برای کودک پازل حل می کنند یا کنترل را بدون دادن آن به دست می گیرد فرصتی برای تلاش، مانع از مهارت های حل مسئله و اعتماد به نفس.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین به کودک بی توجهی می کنند یا نادیده می گیرند تلاش برای برقراری ارتباط یا بیان خودشان، آینده شان را کم رنگ می کنند تلاش برای ابراز وجود

تشویق به اکتشاف

والدین کودک به طبیعت علاقه نشان می دهد. را در مورد آنها را به گردش در طبیعت می برند، آنچه مشاهده می کنند بحث می کند و تشویق به سوالات، پرورش کنجکاوی

حمایت از تصمیم گیری

کودک می خواهد لباس خود را برای آن انتخاب کند روز. والدین در درون خود انتخاب هایی را ارائه می دهند محدودیت های مناسب، به کودک اجازه می دهد تصمیم گیری، ارتقای استقلال

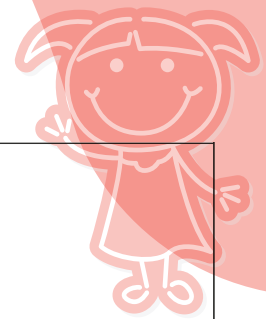
ارائه فرصت های حل مسئله

کودک با یک پازل مبارزه می کند. این والدین بدون حل کردن، راهنمایی می کنند آن، کودک را تشویق به تفکر و استفاده می کند استراتژی های مختلف

تشویق ارتباط و اصطلاح

کودک سعی می کند احساسات خود را از طریق بیان کند طراحی والدین درگیر گفتگو می شوند و می پرسند سوالات باز درباره نقاشی، بیان تشویق کننده

**دلگرم کننده فرزندان
خورد سال**



حمایت از منافع فرزندان خورد سال

تشویق علایق مختلف:

کودک به دایناسورها علاقه نشان می دهد. را والدین کتاب، اسباب بازی یا بازدید از آن را فراهم می کنند بیشتر این علاقه را کشف کنید، تشویق می کند یادگیری و کنجکاوی

مشارکت و مشارکت فعال:

کودک می خواهد با ساختمان بازی کند بلوک ها والدین فعالانه در آن شرکت می کنند بازی، نشان دادن اشتیاق و تقویت پیوند با کودک

تامین منابع و فرصت ها:

کودک به نقاشی ابراز علاقه می کند پدر و مادر یک گوشه هنری با ابزار مناسب، ارائه فرصت برای بیان هنری کودک

قدردانی از تلاش ها:

کودک سعی می کند نام خود را بنویسد. این والدین تلاش و پیشرفت را ستایش می کنند، نشان دادن قدردانی از تلاش آنها، بدون توجه به کمال

اجازه دادن آزادی برای کاوش:

کودک به باغبانی علاقه نشان می دهد. این والدین یک قطعه باغ کوچک را برای آنها ترتیب می دهند کودک برای کشف کاشت و مراقبت گیاهان

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از علاقه کودک غافل می شوند و آنها را وادار به منافع دیگری می کند، که می تواند مانع کنجکاوی و استقلال می شود

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین منفعلانه رفتار کودک را مشاهده می کنند بازی می کند یا آن را نادیده می گیرد و باعث می شود کودک احساس کند پشتیبانی نشده یا اشتباه فهمیده شده است.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین مانع داشتن فرزند می شوند مواد مناسب برای بازی و یادگیری، محدود کردن اکتشاف کودک و خلاقیت

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین کودک را مورد انتقاد قرار می دهند یا آن را تحقیر می کنند تلاش هایی که می تواند منجر به دلسردی شود یا ترس از امتحان چیزهای جدید

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین در دسترس بودن ابزارها را محدود می کند فضای لازم برای علاقه، محدود کردن کاوش و یادگیری کودک



شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از ترس کودک غفلت می کنند یا کودک ترسو را مسخره می کند که می تواند تشدید اضطراب و استرس

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین به کودک بی توجهی می کنند یا نادیده می گیرند ترس بدون پرداختن به آن، به طور بالقوه باعث می شود کودک احساس بی ارزشی کند و فراموش شده.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد نیاز کودک را نادیده می گیرد ثبات یا کودک را در معرض موقعیت های غیرقابل پیش بینی، ریسک کردن آسیب مجدد یا افزایش استرس

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد از ادامه دادن غفلت یا کم اهمیت جلوه می دهد علائم استرس بدون مراجعه به متخصص کمک کند، که ممکن است وضعیت کودک را بدتر کند مشکلات عاطفی

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین از اضطراب کودک غفلت می کنند یا جدایی را بدون ایجاد مقابله مجبور می کند مکانیسم ها، به طور بالقوه افزایش استرس و اضطراب در کودک

ایمنی و راحتی:

کودک با شنیدن صدای آتش بازی می ترسد یا صداهای بلند والدین به او آرامش می دهند کودک، توضیح می دهد که چه اتفاقی در یک می افتد روشی مناسب سن، و تضمین می کند ایمنی کودک

گوش دادن فعال و اعتبارسنجی:

کودک نسبت به موضوع خاصی ابراز ترس می کند وضعیت والدین فعالانه گوش می دهند، ترس را می پذیرد و با آرامش بحث می کند، به کودک کمک می کند احساس کند درک و پشتیبانی می شود

ایجاد محیط امن:

کودک یک ضربه روحی را تجربه کرده است رویداد پدر و مادر یک گاو صندوق ایجاد می کند و محیط قابل پیش بینی، ایجاد می کند روال، و ثبات را برای کمک به کودک احساس امنیت کند

جستجوی کمک حرفه ای در صورت لزوم:

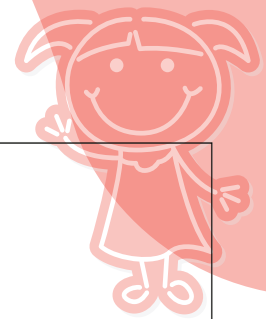
کودک علائم مداوم اضطراب را نشان می دهد یا استرس والدین از او راهنمایی می خواهند یک متخصص یا مشاور سلامت روان برای ارائه پشتیبانی تخصصی

تشویق راهبردهای مقابله ای برای برخورد با:

تغییرات

کودک نگران جدایی است. را والدین راهبردهای مقابله ای جدید را آموزش می دهند به عنوان تنفس عمیق یا استفاده از روش انتقالی شی، برای کاهش اضطراب جدایی

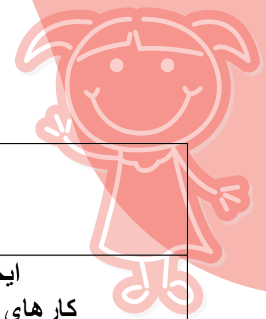
حمایت بچه های جوان در طول فرآیند مقابله با ترس یا پس از سانحه تجربیات



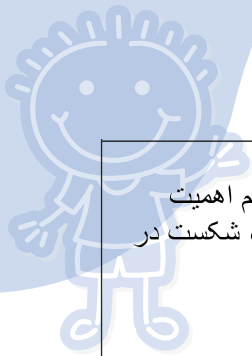
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از احساسات کودک غفلت می کنند یا به کودک می گوید که "گریه نکن" و نادیده می گیرد</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد کودک را مجبور به انزوا می کند خود را نادیده می گیرد و یا به سختی های خود چشم پوشی می کند و درد و رنج، باعث می شود کودک بیشتر شود از اضطراب و ناامیدی رنج می برند.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد کودک را نادیده می گیرد یا کوچک می کند احساسات، منجر به احساس نبودن می شود شنیده و کم ارزش شده است.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین اجازه شرکت در آن را نمی دهند فعالیت های آرام بخش و آرامش بخش، طولانی شدن دوره پریشانی کودک</p>	<p>تکنیک های تنفس تشویقی: کودک ناراحت است. والدین راهنمایی می کنند کودک به آرامی نفس بکشد و نشان دهد تکنیک های تنفس عمیق برای کمک به تنظیم احساسات.</p> <p>ایجاد فضای امن: ایجاد می کند کودک می ترسد. والد منطقه آرام و امن با وسایل تسکین دهنده مانند یک پتو یا اسباب بازی های پر شده، کمک می کند کودک در آرامش خود</p> <p>استفاده از اعتبار سنجی شفاهی: کودک ناامید است. والدین احساسات کودک را تصدیق می کند، با استفاده از عباراتی مانند می فهمم که هستی ناراحت/غمگین برای اعتبار بخشیدن به احساسات و ارتقاء آگاهی عاطفی</p> <p>شرکت در فعالیت های آرامش بخش: کودک آشفتگی است. پدر و مادر پیشنهاد می کند فعالیت های آرام بخش مانند نقاشی، گوش دادن به موسیقی آرامش بخش، یا رفتن به یک راه بروید تا تمرکز آنها را تغییر دهید.</p>	<p>آرامش از سن پیش دبستانی فرزندان</p>
--	---	--



<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد رنج کودک را نادیده می گیرد و تجربه می کند یا با خشم پاسخ می دهد یا ناامیدی، تشدید بیشتر ناامیدی کودک احساسات منفی</p>	<p>ارائه راحتی و پشتیبانی: کودک پس از یک اختلاف ناراحت می شود والدین در آغوش می گیرند یا صحبت می کنند کلمات اطمینان بخش، نشان دادن همدلی و درک کردن</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد حداقل با آن تعامل دارد کودک چون همیشه مشغول هستند سایر فعالیت های خانوادگی</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از بحث و غفلت اجتناب می کنند احساسات و تجربیات کودک، منجر به عدم اعتماد و موانع در ارتباط</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: فقدان محبت فیزیکی یا کلامی در درون خانواده ممکن است منجر به احساسات شود فاصله عاطفی یا نامنی</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: خانواده دارای تشریفات ناپایدار یا کمبودهایی است تشریفات خانوادگی به طور کامل، منجر به کمبود روتین و فرصت های از دست رفته برای خلق ارتباطات سالم</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین مشکلات را نادیده می گیرند یا کم اهمیت جلوه می دهند یا احساسات اعضای خانواده، در نتیجه عدم حمایت و درک</p>	<p>زمان با کیفیت خانواده: خانواده درگیر فعالیت های منظم است با هم، مانند خواندن، بازی کردن، یا آشپزی، تشویق به پیوند و حس همکاری بین یکدیگر</p> <p>ارتباط باز: خانواده بحث های آزاد را تشویق می کنند در مورد احساسات، تجربیات، و روزانه رویدادها، ایجاد فضای امن برای بیان و اتصال</p> <p>براز محبت: اعضای خانواده به طور مرتب ابراز محبت می کنند و محبت از طریق در آغوش گرفتن، تعریف کردن، یا تاکیدات کلامی، تقویت حس امنیت عاطفی و رفاه</p> <p>رپایی تشریفات خانوادگی: تشریفات خانوادگی منظم مانند آخر هفته گردش ها، شب های سینما یا زمان صرف غذا بحث ها قابلیت پیش بینی و خاطرات خانوادگی عزیز بسازید</p> <p>ایجاد فضای حمایتی: اعضای خانواده از یکدیگر حمایت می کنند لحظات چالش برانگیز، ارائه همدلی تشویق و حل مسئله استراتژی ها</p>	<p>ایجاد یک گرم خانواده محیط</p>



	<p>اعضای خانواده از یکدیگر حمایت می کنند لحظات چالش برانگیز، ارائه همدلی تشویق و حل مسئله استراتژی ها</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین هر روز ناسازگاری می سازند برنامه ها، با روال هایی که اغلب برای آنها تغییر می کند وعده های غذایی، بازی یا زمان خواب، باعث سردرگمی می شود و ناراحتی برای کودک</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین برنامه های سفت و سختی را تنظیم می کنند و روال های دقیق بدون هیچ گونه انعطاف پذیری، ایجاد استرس یا اضطراب در هنگام تغییرات اجتناب ناپذیر</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد غفلت می کند یا بی احتیاطی دنبال می کند روال قبل از خواب، که منجر به مشکلات می شود به خواب رفتن یا اختلال در خواب</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: پدر و مادر ناگهانی و ناآماده کار می کند انتقال بدون توضیح یا آماده سازی، ایجاد استرس و مقاومت در کودک</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: پدر و مادر هر کاری برای کودک انجام می دهند</p>	<p>ثبات در برنامه های روزمره کودک برنامه روزانه ثابتی دارد برای وعده های غذایی، زمان بازی و زمان خواب. را والدین اجرای آن را تضمین می کند روال، ارائه قابل پیش بینی و ثبات برای کودک</p> <p>ارائه ساختار با انعطاف پذیری والدین یک روال ساختار یافته را حفظ می کنند در حالی که امکان انعطاف پذیری برای تغییرات یا تنظیمات در صورت نیاز، ارائه تعادل بین قابل پیش بینی و تطبیق پذیری</p> <p>اولویت بندی روال قبل از خواب کودک یک برنامه روتین قبل از خواب دارد که شامل فعالیت های آرامش بخش مانند مطالعه است یا موسیقی آرامش بخش والدین این را تضمین می کنند روال به طور مداوم دنبال می شود، تشویق به خواب با کیفیت</p> <p>ایجاد روال انتقال والد روال های انتقال را اجرا می کند روشن به عنوان مثال، آماده شدن برای مهد کودک با قدم ها و انتظارات کودک را راحت می کند به فعالیت های جدید یا تغییرات احتمالی</p> <p>تشویق استقلال در داخل روال کودک در فعالیت های معمول شرکت می کند</p>	<p>ایجاد کارهای روزمره</p>



شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد آن را نادیده می گیرد یا آن را کم اهمیت جلوه می دهد اهمیت صدمات جزئی، شکست در ارائه کمک یا مراقبت مناسب از زخم، خطر عفونت یا موارد دیگر عواقب غیر ضروری دارد.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین یخ را مستقیماً روی سوختگی قرار می دهند، از کره یا روغن استفاده می کند یا به درستی مصرف نمی شود اقدامات برای مراقبت از سوختگی، منجر به بدتر شدن آسیب

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین هیچ نگرانی برای حشره نشان نمی دهند گاز می گیرد، تمیزی را نادیده می گیرد و ناکام می ماند نظارت بر واکنش های آلرژیک

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین سر کودک را برمی گرداند در هنگام خونریزی بینی، به شدت قرار دادن دست بر روی بینی، باعث وحشت، که می تواند جریان خون را بدتر کند.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد وحشت می کند و تلاش نادرست می کند مانورهای کمک های اولیه که باعث آسیب بیشتر می شود،

درمان آسیب های جزئی

کودک خراش یا جراحت جزئی دارد والدین زخم را به آرامی با صابون تمیز می کنند و آب، در صورت لزوم بانداژ بزنید، و آسایش و آرامش را فراهم کند.

مدیریت سوختگی

کودک دچار سوختگی جزئی می شود والدین آب سرد را روی محل سوختگی به مدت یک چند دقیقه و تمیز و خشک اعمال کنید پانسمان کنید، سپس به دنبال مشاوره پزشکی باشید لازم است.

مدیریت نیش حشرات

کودک توسط حشره گزیده شده است والدین هر گونه لباس یا زباله ای را که از آن خارج می شود را جدا می کنند ممکن است مانع ایجاد شود، منطقه را با آن تمیز کنید آب و صابون، کمپرس سرد بمالید، و واکنش های آلرژیک را مشاهده کنید

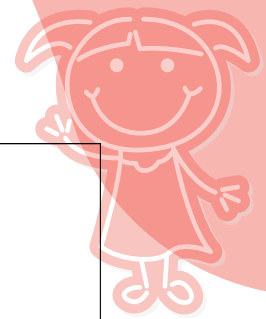
کنترل خونریزی بینی

بچه خون دماغ داره والدین به کودک کمک می کنند تا بنشینند و کج شود سر کمی رو به جلو، نگه داشتن نرم بخشی از بینی را به آرامی، و اعمال سرماخوردگی فشار دهید تا خونریزی متوقف شود

پاسخ به خفگی:

کودک چیزی در خود جای داده است گلو و نمی تواند نفس بکشد. والدین از کمک های اولیه مناسب استفاده می کنند تکنیک های مربوط به سن، ارزیابی کنید که آیا کودک است واقعاً خفگی می

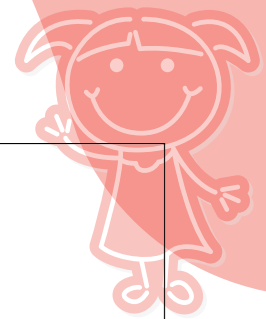
ارائه اول
کمک به فرزندان خورد سال



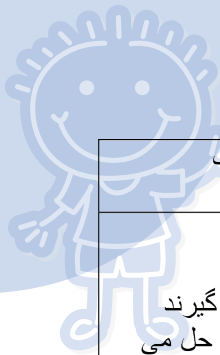
<p>و به دنبال کمک فوری پزشکی نمی شود.</p>	<p>کنند، آنها را تشویق به سرفه کنید، ضربات برگشتی بین شانه وارد کنید تیغه ها، فشارهای شکمی را توسط آنها را دور کمر گرفته و می دهد رانش به سمت بالا (5 رانش) تا کودک آنچه در گلو گیر کرده را از جای خود خارج می کند. جستجو کنید کمک فوری پزشکی و نگهداری آرامش برای کمک موثر به کودک</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از علایق کودک غافل می شوند یا آنها را مجبور به انجام فعالیت هایی می کند که همسو نیستند با ترجیحات خود، مانع کشف خود و بیان خود می شوند</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد کودک را نادیده می گیرد یا کوچک می کند احساسات، منجر به احساس کاهش ارزش می شود و سردرگمی در مورد احساسات خود.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از کودک انتقاد می کنند یا او را شرمنده می کنند برای صفات یا ترجیحات منحصر به فرد خود، ایجاد احساس نارضایتی یا شرم</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از گفتگو اجتناب می کنند یا قرار گرفتن در معرض فرهنگ های مختلف منجر به عدم درک یا قدردانی از تنوع</p>	<p>ارزیابی ابراز وجود: کودک به موارد مختلف علاقه نشان می دهد فعالیت ها. والدین کاوش را تشویق می کنند و فرصت هایی را برای مشارکت فراهم می کند فعالیت های مختلف، به کودک اجازه می دهد علایق خود را کشف کنند</p> <p>ارزیابی احساسات و عواطف: کودک احساسات خود را ابراز می کند. والدین آن را تصدیق و ارزش قائل هستند احساسات کودک، ایجاد فضای امن برای بیان و درک احساسی</p> <p>احترام به فردیت: کودک صفات منحصر به فرد یا اولویت ها. والدین به اینها احترام می گذارند و تجلیل می کنند تفاوت ها، تشویق کودک به فردیت خود را بدون داوری</p> <p>پذیرش تنوع فرهنگی: والدین کودک را در معرض متفاوت قرار می دهند فرهنگ ها، سنت ها و زبان ها، ترویج شمول و قدردانی برای تنوع فراهم آوردن محیطی که هویت</p>	<p>حمایت از توسعه از هویت در فرزندان خرد سال</p>



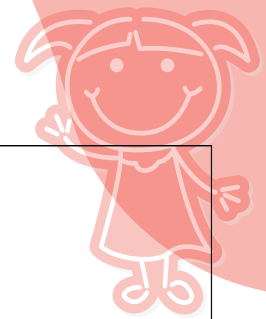
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد اعمالی را که اعمال می کند نقش ها یا محدودیت های جنسیتی سختگیرانه را تشویق کنید فعالیت های مبتنی بر جنسیت، محدود کننده کاوش و بیان خود</p>	<p>جنسیتی را تسهیل می کند: والدین بازی و فعالیت را تشویق می کنند بدون کلیشه های جنسیتی، اجازه می دهد کودک به کاوش بدون محدودیت بر اساس در مورد هنجارهای جنسیتی</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین مواد بازی یا بازی را محدود می کنند دسترسی کودک به فعالیت های خاص، مانع خلاقیت و اکتشاف</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد زمان بازی و ساختار هر فعالیت را با جزئیات، محدود می کند استقلال و خلاقیت کودک</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد غفلت می کند یا در انجام آن کوتاهی می کند بازی تخیلی که کودک را محدود می کند خلاقیت و مهارت های اجتماعی</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد اکتشاف در طبیعت را محدود می کند یا فرصتی برای کودک فراهم نمی کند برای ارتباط با طبیعت، محدود کردن تجربه کودک</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین بیش از حد فیزیکی را محدود می کنند فعالیت می کند یا کودک را از هر یک محروم می کند</p>	<p>ارائه فرصت های مختلف بازی: کودک به ساختن علاقه نشان می دهد. پدر و مادر فراهم می کند ساختمان های مختلف موادی مانند بلوک، خمیر بازی یا خاک رس، یا مواد قابل بازیافت، دلگرم کننده است</p> <p>زمان دادن برای بازی بدون ساختار: کودک در جایی که بتواند زمان بازی رایگان دارد فعالیت ها را انتخاب کنید والد اجازه بازی بدون ساختار را می دهد، تقویت استقلال و تصمیم گیری</p> <p>کاوش در طبیعت: کودک می خواهد طبیعت را کشف کند. والدین آنها را به طبیعت گردی می برند، امکان کاوش، مشاهده و کشف.</p> <p>تشویق ریسک پذیری در ایمن محیط ها: کودک می خواهد از یکی از بازی ها بالا برود سازه های والدین نظارت می کنند و به کودک اجازه می دهند ریسک های قابل کنترل را بپذیرید، اعتماد ایجاد کنید و مهارت های بدنی</p> <p>تشویق ریسک پذیری در ایمن محیط ها:</p>	<p>تشویق کننده و ترویج بازی و اکتشاف در فرزندان خردسال</p>



<p>فرصتی برای ریسک کردن در بازی، در نتیجه مانع از رشد جسمی مهارت ها و اعتماد به نفس</p>	<p>کودک می خواهد از یکی از بازی ها بالا برود سازه های. والدین نظارت می کنند و به کودک اجازه می دهند ریسک های قابل کنترل را بپذیرید، اعتماد ایجاد کنید و مهارت های بدنی</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به ندرت یا به طور نامنظم مطالعه می کنند کتاب به کودک، نادیده گرفتن فرصت ها برای رشد و پیوند زبان از طریق کتاب ها</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین کتاب ها را از آنها دور نگه می دارند کودک یا محدود کردن دسترسی آنها به کتاب، مانع رشد کودک و کاهش علاقه آنها به کتاب</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد انتخاب کتاب را بر آن تحمیل می کند کودک بدون در نظر گرفتن ترجیحات آنها یا منافعی که منجر به جدایی یا الف عدم علاقه به مطالعه</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: پدر و مادر تمام تصمیمات را می گیرند، می خوانند به تنهایی، و کودک را درگیر نمی کند خلق کردن و تصور کردن، نگه داشتن کودک بدون اجازه صرفاً روی متن متمرکز شده است آنها را برای بررسی تفاسیر داستان ها</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین درگیر مطالعه نیستند خود یا ابراز منفی</p>	<p>خواندن منظم با هم: والدین هر روز برای کودک می خوانند، کتاب های مناسب سن را فعالانه انتخاب می کنند در جلسات خواندن شرکت می کند تعامل کودک و والدین در حین خواندن، و داستان ها را مورد بحث قرار می دهد، پرورش ارتباط مثبت با کتاب</p> <p>ایجاد یک محیط خواندن دوستانه: خانه دارای یک منطقه مطالعه مشخص است با انواع کتاب های در دسترس برای کودک، تشویق به کاوش مستقل و کشف کتاب</p> <p>انتخاب کتاب های تعاملی: والدین کودک را در انتخاب مشارکت می دهند کتاب بر اساس علایق و ترجیحات، به آنها اجازه می دهد کتاب ها را انتخاب کنند از کتابخانه یا کتابفروشی</p> <p>تشویق قصه گویی و خیال پردازی: والدین کودک را به بازگویی تشویق می کنند داستان، سوال بپرسید یا داستان خود را بسازید داستان های تخیلی با الهام از کتاب ها خواندن، تحریک خلاقیت و مهارت های درک مطلب</p> <p>الگوسازی عادات خواندن: پدر و مادر به طور منظم برای لذت و لذت خود را از کتاب به اشتراک می گذارد، تنظیم یک مثال مثبت و نشان دادن ارزش خواندن</p>	<p>تحریک کردن عشق به کتاب</p>



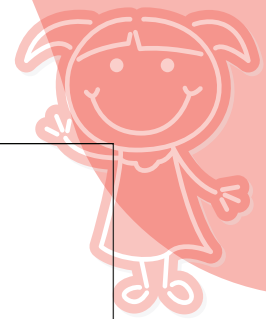
<p>در مورد کتاب خواندن، انتقال به کودک عدم علاقه یا اهمیت به خواندن</p>		
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین تعارضات بین آنها را نادیده می گیرند کودکان و یا مشکلات آنها را برای آنها حل می کند</p>	<p>آموزش مهارت حل مسئله: دو کودک بر سر یک اسباب بازی دعوا می کنند. والدین به آنها کمک می کند تا ارتباط برقرار کنند، به نوبت گرفتن یا یافتن الف را تشویق می کند سازش، ترویج حل مسئله مهارت ها.</p>	
<p>بدون دخالت آنها در قطعنامه فرآیند، توانایی آنها را محدود می کند به طور مستقل مسائل را حل کند.</p>	<p>تشویق گوش دادن همدلانه: کودکی از دوستش ناراحت است. والدین گوش دادن فعال را آموزش می دهند، کمک می کنند کودک دوست خود را درک می کند دیدگاه و احساسات خود را بیان کنند به صورت سازنده</p>	<p>مدیریت تعارض خورد سالان</p>
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: پدر یا مادر اخراج می کند یا نمی کند احساسات کودک را بپذیرید علاوه بر این، والدین این کار را نمی کنند کودک را به همدلی تشویق کنید نسبت به دیگران، محدود کردن کودک درک احساسات دیگران</p>	<p>مدل سازی حل تعارض آرام: والدین آرامش و احترام نشان می دهند ارتباط در طول آنها اختلافات، الگو برداری از تعارض سالم استراتژی های حل برای کودک</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین درگیر استدلال یا استفاده می شوند زبان پرخاشگرانه در مقابل کودک، عادی سازی درگیری های نامناسب روش های تفکیک</p>	<p>بهبود ارتباطات مثبت: کودک از جملات "من" برای بیان استفاده می کند احساسات در طول یک درگیری والدین کودک را برای استفاده تحسین می کنند ارتباط سازنده و تقویت می کند تکنیک های حل تعارض مثبت</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از کودک غفلت می کنند یا از او انتقاد می کنند تلاش برای بیان احساسات یا نیازها در طول درگیری ها، منجر به بی اثر شدن می شود ارتباط</p>	<p>ارائه راهنمایی و پشتیبانی: کودک با حل تعارض دست و پنجه نرم می کند. والدین راهنمایی می کنند، ارائه می دهند راه حل های جایگزین، یا درگیر ایفای نقش برای کمک به کودک در یادگیری موثر استراتژی ها.</p>	



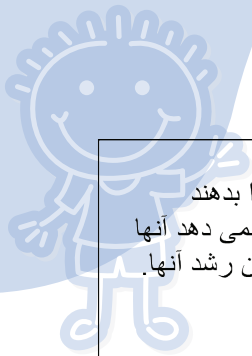
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین مشکلات کودک را کوچک می شمارند یا در تعارض راهنمایی نمی کنند رزولوشن، باعث می شود کودک نتواند تضادها را به طور موثر مدیریت کند</p>		
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد نادیده گرفته یا کم اهمیت جلوه می دهد اهمیت بیان کودک حسادت، گفتن به آنها که چنین احساسی نداشته باشند، که می تواند احساسات منفی را عمیق تر کند.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین کودک را از آن منصرف می کنند ابراز حسادت یا تنبیه آنها نشان دادن حس حسادت، مانع بیان عاطفی.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد رقابت را تشویق می کند یا باعث ایجاد رنجش نسبت به فرد می شود باعث حسادت کودک می شود، تأثیر می گذارد تقویت احساسات منفی</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: پدر و مادر از فرزندان حمایت می کنند یا با آنها رفتار ناعادلانه، تشدید حسادت و رقابت می کنند</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از تجربیات مشترک جلوگیری می کنند</p>	<p>شناخت احساسات: کودک وقتی خواهر و برادری حسادت می کند مورد توجه قرار می گیرد. والد فرزند را تصدیق می کند احساسات و ارزش عواطف خود را بدون داوری.</p> <p>تشویق به ابراز احساسات: کودک ابراز حسادت می کند. والدین کودک را تشویق می کنند که بیان کند احساسات آنها به صورت شفاهی یا از طریق نقاشی، به آنها کمک می کند تا احساسات را در یک محیط مسیر سالم پردازش کنند</p> <p>آموزش چشم انداز: والدین به کودک کمک می کنند تا این موضوع را درک کند وضعیت از دیدگاه های مختلف، تقویت همدلی و کمک به کودک چیزها را از دیدگاه دیگران ببینید</p> <p>ترویج و آموزش عدالت و برابری والدین عدالت و برابری را تضمین می کنند توجه، زمان و منابع در میان خواهر و برادر، به حداقل رساندن محرک های حسادت.</p> <p>تشویق تجارب تعاونی:</p>	<p>مدیریت حسادت در فرزندان خردسال</p>



<p>با باعث ایجاد حس رقابت در بین آنها می شود خواهر و برادر، تشدید حسادت بین آنها</p>	<p>والدین فرصت هایی را برای اشتراک گذاری ایجاد می کنند فعالیت ها یا پروژه های بین خواهر و برادر، تقویت همکاری و کاهش حسادت</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین مشخص نیست یا قوانین دست نیافتنی بدون توضیح، منجر به سردرگمی و ناهماهنگی می شود.</p>	<p>قوانین و انتظارات روشن: والدین قوانین روشن و مناسبی را تعیین می کنند برای رفتار، تقویت مداوم آنها با توضیحات</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از رفتارهای مثبت غفلت می کنند یا فقط بر روی اعمال منفی تمرکز می کند، به طور بالقوه کودک را به سمت رفتار منفی بیشتر هدایت می کند</p>	<p>تقویت رفتار مثبت: کودک اسباب بازی ها را با یک دوست به اشتراک می گذارد. این والدین ستایش و تصدیق می کنند رفتار، تقویت اقدامات مثبت و تشویق به تکرار رفتار</p> <p>تغییر جهت رفتار: کودک از اسباب بازی سوء استفاده می کند. والدین به آرامی مسیر کودک را تغییر می دهند توجه به یک فعالیت مناسب، راهنمایی آنها را از رفتار منفی دور کنند.</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین با عصبانیت یا تند واکنش نشان می دهند کودک را به خاطر رفتار نادرست تنبیه می کند، ایجاد ترس یا رنجش</p>	<p>زمان آرامش: کودک ناراحت است یا بد رفتار می کند. پدر و مادر کمی زمان می دهد، نشستن با کودک به آنها کمک کند تا آرام شوند و بحث درباره احساسات یا پیامدها</p>	<p>انضباط در فرزندان خرد سال</p>
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین با گوشه گیری کودک را تنبیه می کنند آنها را از اتاق به عنوان یک انضباطی بدون پرداختن به آنها اندازه گیری کنید احساسات زیربنایی</p>	<p>آموزش حل مسئله: کودک یکی از دوستانش را می زند. والد توضیح می دهد که چرا ضربه زدن اشتباه است، رفتار مناسب از خود نشان می دهد و کمک می کند کودک جایگزین هایی مانند استفاده از کلمات برای بیان احساسات</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین با خشونت به آن پاسخ می دهند اشک های کودک، که می تواند بیشتر تقویت شود رفتار پرخاشگرانه در کودک</p>		



<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین فقط از کودک تعریف می کنند دستاوردها بدون اعتراف به آنها تلاش، منجر به تمرکز بر نتایج به جای فرآیند یادگیری</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از درک کودک ناتوان هستند تلاش های آنها را به چالش می کشد و کم رنگ می کند عزت نفس را کاهش می دهد و مانع از تمایل به کنار آمدن آن می شود</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والد کنترل بیش از حد یا به جای اجازه دادن به همه تصمیمات را می گیرد کودک، مانع استقلال و اعتماد به تصمیم گیری</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین کودک را مورد انتقاد قرار می دهند یا آن را تحقیر می کنند تلاش هایی که منجر به احساس بی کفایتی می شود و دلسردی از تلاش چیزها جدید</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین کودک را با دیگران مقایسه می کنند، از این طریق نقاط ضعف خود را برجسته می کند کاهش عزت نفس کودک</p>	<p>تشویق تلاش و پیشرفت: کودک یک پازل را کامل می کند. والد تلاش را تحسین می کند و پشتکار کودک، تمرکز بیشتر روی فرآیند تا نتیجه</p> <p>ارائه شجاعت و پشتیبانی: کودک با چالش روبرو می شود. والدین شجاعت، آرامش، و حمایت، کمک به کودک برای مقابله مشکلات با اعتماد به نفس</p> <p>اجازه دادن به استقلال و تصمیم گیری: کودک در درون خود انتخاب می کند مرزهای تعیین شده توسط والدین، پرورش احساس استقلال و مسئولیت</p> <p>ارائه مشاوره سازنده: کودک نقاشی می کشد. والد خاص و بازخورد سازنده، با تمرکز بر جنبه ها جایی که کودک به خوبی انجام داده است و زمینه هایی برای بهبود</p> <p>تاکید بر منحصر به فرد بودن و فردیت: والدین از منحصر به فرد بودن کودک قدردانی می کنند ویژگی ها، علایق و توانایی ها، پرورش حس عزت نفس و پذیرش - پذیرفته شدن</p>	<p>ساختمان سالم اعتماد به نفس</p>
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: خواب: والدین همه چیز را برای او انجام می دهند کودک بدون اجازه دادن به استقلال روال قبل از خواب، محدود کردن رشد از مهارت های خودیاری</p>	<p>تشویق به مهارت های خودیاری خواب: کودک یک روال قبل از خواب دارد که شامل مسواک زدن و انتخاب است لباس خواب والدین این وظایف مراقبت از خود را تشویق می کنند و به کودک اجازه می دهند برای آن آماده شود</p>	<p>تشویق از استقلال در برنامه های روزمره</p>



تغذیه:

والدین اصرار دارند که به آنها غذا بدهند به طور انحصاری کودک، اجازه نمی دهد آنها تلاش کنند خود تغذیه، محدود کردن رشد آنها.

پاکسازی:

والدین همه چیز را تمیز می کنند بدون درگیر کردن کودک، محدود کردن احساس مسئولیت در کودک

شیوه نامناسب فرزندپروری:

خواب

والدین ترس های کودک را نادیده می گیرند.

تغذیه:

والدین اصرار دارند که کودک از ظروف بدون راهنما یا کمک، باعث ناامیدی و ناامیدی

پاکسازی:

پدر و مادر همه چیز را می سازد تنظیمات و سازماندهی بدون درگیر کردن کودک، از دست دادن فرصت برای توسعه مهارت و مسئولیت

شیوه نامناسب فرزندپروری:

خواب: تحمیل زمان خواب غیر قابل انعطاف

روال بدون در نظر گرفتن برنامه کودک ترجیحات، محدود کردن استقلال

تغذیه: تحمیل غذاهای خاص به کودک بدون در

نظر گرفتن ترجیحات خود، که ممکن است منجر به درگیری در طول وعده های غذایی یا بیزاری ها

تغذیه:

کودک سعی می کند از روی آنها غذا بخورد خود. والدین اجازه می دهند و حمایت می کنند کودک در حال تغذیه خود، حتی اگر کمی شود آشفته، ترویج مهارت های خود تغذیه.

پاکسازی:

کودک بازی را تمام می کند. این والدین کودک را در تمیز کردن آن مشارکت می دهند اسباب بازی ها، به آنها کمک می کند مسئولیت پذیری کنند و مهارت های سازمانی

ایمنی و پشتیبانی

خواب:

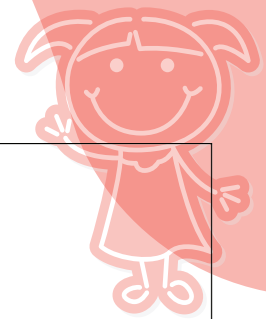
کودک از تاریکی می ترسد. این والدین اطمینان می دهد، تضمین می کند ویندوز امن هستند، و قدرت می بخشد کودک به طور مستقل ترس خود را مدیریت کند.

تغذیه:

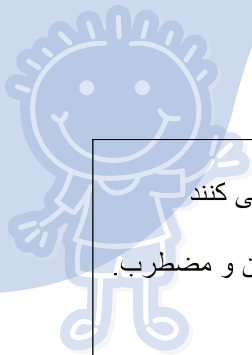
کودک با استفاده از آن مشکل دارد ظروف برای غذا خوردن والدین نشان می دهد و به کودک کمک می کند با استفاده از ظروف، خود تغذیه را تشویق کنید.

تمیز کردن:

کودک برای سازماندهی به کمک نیاز دارد اسباب بازی ها والدین کودک را به داخل راهنمایی می کنند دسته بندی و چیدمان اسباب بازی ها، آموزش مهارت های سازمانی



<p>پاکسازی: تحمیل یک روش خاص سازماندهی اسباب بازی ها بدون اجازه کودک مشارکت، محدود کردن تصمیم گیری توانایی ها.</p>	<p>اجازه دادن به خود هدایتی در موقعیت مناسب سن: خواب: کودک ترجیح می دهد یک روال خاص قبل از خواب والدین درخواست های منطقی را در داخل می پذیرد برنامه زمان خواب با احترام به برنامه خودمختاری کودک</p> <p>تغذیه: کودک به تلاش نشان می دهد غذاهای جدید والدین انتخاب های مناسب سنی مختلفی را ارائه می دهند که به کودک اجازه می دهد بررسی سلیقه ها و ترجیحات</p> <p>تمیز کردن: کودک می خواهد اسباب بازی ها را مرتب کند متفاوت والدین به فرزند احترام می گذارند روش سازماندهی اسباب بازی ها، تشویق کننده مهارت های تصمیم گیری</p>	
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از آسیب دیدگی کودک غفلت می کنند و نیاز کودک به توجه، باعث استرس به کودک</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین وقت غذا را به تاخیر می اندازند که باعث می شود گرسنگی، یا تأخیر کمک در لباس پوشیدن کودک، منجر به ناامیدی و بی توجهی.</p>	<p>پاسخ فوری و دقیق: کودک آسیب می بیند. والدین فوراً از آن مراقبت می کنند کودک، آنها را دلداری می دهد و آسیب را درمان بی درنگ. می کند</p> <p>پیش بینی نیازهای اساسی: بچه گرسنه است. والدین وعده های غذایی منظم را تضمین می کنند، اصول اولیه کودک را پیش بینی و برآورده می کند بدون تاخیر نیاز دارد کودک برای پوشیدن لباس نیاز به کمک دارد. والدین بلافاصله کمک می کنند، درک مشکلات کودک در این سن</p>	



رفع نیازها به موقع

ارائه حمایت عاطفی:

کودک پس از مشاجره غمگین است. والدین با دقت گوش می دهند و پیشنهاد می دهند حمایت، پرداختن به احساسات کودک در زمان برای جلوگیری از تشدید کودک قبل از خواب به دنبال آرامش است والدین برای آرامش آنها وقت می گذارند و رسیدگی به نگرانی ها، تضمین ثبات و روال قبل از خواب قابل پیش بینی

سازگاری و پیش بینی پذیری:

کودک یک روال قبل از خواب را دنبال می کند. والد قابل پیش بینی بودن را حفظ می کند و زمان بندی در روال قبل از خواب، اطمینان از کودک احساس امنیت و آمادگی برای خواب می کند. کودک باید بلند شود. والدین با احترام به موقع می رسند تعهدات و ارائه قابلیت اطمینان

شناخت و پذیرش نیازهای عاطفی و جسمی:

کودک احساس ناراحتی می کند. والدین فوراً پاسخ می دهند و دلداری می دهند آنها، و به دنبال پزشکی مناسب در صورت لزوم کمک کنید کودک به دنبال جلب توجه برای به اشتراک گذاشتن یک دستاورد والدین قدردانی می کنند و جشن می گیرند موفقیت کودک، تصدیق احساسات و تلاش آنها

رعایت مرزها:

کودک از اشتراک اسباب بازی خودداری می کند. والدین تصمیم کودک را می پذیرد اما تاکید می کند اهمیت به اشتراک گذاری و کاوش راه حل های جایگزین

توضیح علت:

کودک از خوردن سبزیجات امتناع می کند. این والدین اهمیت را توضیح می دهند رژیم غذایی متعادل با استفاده از زبان ساده و انتخاب هایی را در میان گزینه های غذایی ارائه می دهد.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والدین به شکایات کودک توجه نمی کنند و به کودک "متاسفم" نمی گوید، رها کردن کودک به خواب غمگین و مضطرب.

شیوه نامناسب فرزندپروری:

والد ناپایدار یا روال های غیرقابل پیش بینی، که باعث سردرگمی یا اضطراب برای کودک می شود

شیوه نامناسب فرزندپروری:

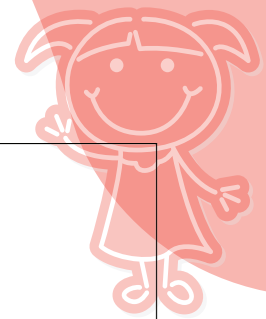
والدین از شکایت های کودک غفلت می کنند وقتی بیمار هستند

شیوه نامناسب فرزندپروری:

پدر یا مادر به امتناع کودک نادیده می گیرند یا مجبور به اشتراک گذاری فوری، نادیده گرفتن استقلال و احساسات کودک

شیوه نامناسب فرزندپروری:

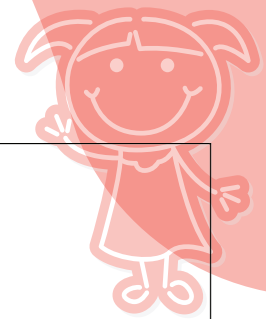
والدین اصرار دارند که کودک غذا بخورد سبزیجات بدون توضیح دلایل، منجر به مقاومت یا ناامیدی شود.



<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به کودک اجازه می دهند که بسازد انتخاب های بدون معیار یا نادیده گرفته می شود نیاز کودک به مرزها، منجر به سردرگمی یا جنگ قدرت</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین کودک را مجبور به خوابیدن می کنند به زور بدون اجازه دادن به انعطاف پذیری یا نادیده گرفتن ترجیحات آنها، باعث می شود مقاومت یا مخالفت</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین احساسات کودک را نادیده می گیرند یا بیش از حد ملایم می شود و به کودک اجازه می دهد اجتناب از مسئولیت</p>	<p>ارائه انتخاب های محدود: کودک از پوشیدن لباس خودداری می کند. این والدین انتخاب های محدودی را ارائه می دهند، مانند انتخاب بین دو لباس، ارائه یک احساس کنترل درون مرزها</p> <p>ارائه گزینه های جایگزین: کودک از رفتن به رختخواب خودداری می کند. والدین گزینه هایی مانند خواندن کتاب یا خواندن یک آهنگ قبل از خواب، فراهم کردن جایگزین ها در روال</p> <p>تصدیق و شناخت احساسات: کودک از تمیز کردن اسباب بازی ها خودداری می کند. این والدین احساسات کودک را می پذیرند اما به آرامی اصرار دارد که با هم تمیز کنیم، با تاکید بر اهمیت مسئولیت.</p>	<p>احترام گذاشتن مرزها تنظیمات مخالفت توسط کودک خودمختاری و مدیریت</p>
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به کودک بی اعتنائی می کنند ناراحتی و به طور مداوم لمس می کند کودک، نادیده گرفتن نیاز کودک به شخصی فضا.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین اصرار دارند که کودک ببوسد یا در آغوش گرفتن به عنوان ابراز عشق، بی توجهی استقلال و حق کودک بر آنها بدن خود</p>	<p>رعایت فضای شخصی: کودک علائم ناراحتی یا درد را نشان می دهد با لمس فیزیکی پدر و مادر احترام می گذارند مرزهای او و خودداری از فیزیکی تماس بگیرد تا زمانی که کودک احساس راحتی کند.</p> <p>آموزش استقلال بدن: کودک از در آغوش گرفتن یا دریافت بوسه امتناع می کند. والدین تصمیم او را می پذیرند و پیشنهاد می دهند گزینه های جایگزین مانند "بالا پنج" یا ارسال با احترام دستان کودک را ببوسید استقلال بدنی</p>	



<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به کودک توجه نمی کنند نارضایتی یا اعتراض در طول روال های مراقبت شخصی</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین از نگرانی های کودک غفلت می کنند با توجه به تجربیات خود در رابطه با بدن</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین وارد بحث های منفی می شوند در مورد بدن یا نادیده گرفتن جسمانی مرزهای دیگران، تعیین یک منفی مثال برای کودک</p>	<p>تعیین مرزها: پدر و مادر قبلاً اجازه می خواهند کمک به کارهایی مانند لباس پوشیدن یا حمام کردن، آموزش رضایت به کودک و به مرزهای بدنش احترام بگذارد</p> <p>توانمندسازی ارتباطات: کودک ابراز نارضایتی می کند ویزیت دکتر یا لباس خاصی والدین به نگرانی های او گوش می دهند و گزینه هایی را برای رسیدگی به آن مورد بحث قرار می دهد نارضایتی، توانمندسازی کودک برای احساسات خود را در مورد بدن خود بیان کند</p> <p>احترام مدلینگ: والدین احترام به بدن و مرزهای سالم، نمونه ای برای کودک</p>	<p>احترام به بدن</p>
<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین درخواست کودک را نادیده می گیرند حریم خصوصی یا مزاحم، بی ملاحظه، و عدم احترام به فضای شخصی خود، بی توجهی به نیاز آنها به مرزها.</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین اصرار دارند که کودک نشان دهد محبت جسمی یا نادیده می گیرد و نیاز کودک به مرزها شخصی را دست کم می گیرد</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین در تماس فیزیکی قرار می گیرند بدون جلب رضایت کودک یا آن را نادیده می گیرد و اهمیت آن را نادیده می گیرد مرزهای شخصی</p>	<p>احترام به فضای شخصی: کودک تمایل خود را برای حفظ حریم خصوصی ابراز می کند هنگام تعویض لباس یا استفاده از حمام والدین این را تصدیق می کنند به کودک اجازه می دهد که حریم خصوصی داشته باشد، و احترام به نیاز آنها به فضای شخصی</p> <p>رعایت مرزها: کودک محبت یا آغوش فیزیکی را رد می کند از افراد خاص والدین به انتخاب کودک احترام می گذارد و نمی کند اجبار تماس فیزیکی، درک و احترام به مرزهای آنها</p>	<p>احترام به نیاز شخصی فضا و مرزها</p>



<p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به مکالمه ها ارزش کمتری می دهند در مورد مرزهای شخصی یا ناتوانی در آموزش کودک به فضای شخصی احترام بگذارند دیگران، منجر به سوء تفاهم یا نارسایی ها</p> <p>شیوه نامناسب فرزندپروری: والدین به کودک بی اعتنایی می کنند تماس فیزیکی را محدود می کند یا تحمیل می کند با دیگران بدون در نظر گرفتن کودک رضایت، ارائه یک مثال ضعیف از احترام به فضای شخصی</p>	<p>درخواست رضایت: پدر و مادر قبلا اجازه می خواهند درگیر شدن در تماس فیزیکی یا بازی، اطمینان از اینکه کودک احساس راحتی می کند و اختیار دادن یا رد رضایت را دارد.</p> <p>آموزش در مورد مرزها: والدین در مورد مفهوم بحث می کنند فضای شخصی و مرزهای با کودک، با تاکید بر اهمیت به مرزهای دیگران نیز احترام بگذارند به عنوان مال خودشان</p> <p>الگوسازی رفتار محترمانه: والدین رفتار محترمانه را الگوبرداری می کنند احترام به کودک و دیگران مرزها، نشان دادن احترام متقابل در تعاملات آنها</p>	
---	--	--