

با اصرارهای والدینم از درس متنفر شدم!

نوجوانی ۱۳ ساله ام. به دلیل اصرارهای بی نهایت پدر و مادرم از درس متنفر شدم و با دیدن کتاب، آرزوی مرگ می کنم. آینده ام را دوست دارم. چه کار کنم تا بتوانم دوباره به کتاب علاقه مند شوم؟

فرزانه عطاران | مشاور تحصیلی

مخاطب گرامی، این که شما در این سن به فکر آینده و حل مشکلات خود هستید نشان دهنده درک و فهم بالای شماست. باین حال و در پاسخ به سوال شما باید گفت بسیاری از خانواده ها به دلیل انتظارات خاصی که گاهی افراطی و بی مورد است، در نحوه درس خواندن فرزندشان دخالت می کنند و واکنش های متفاوتی از خود بروز می دهند که گاهی توأم با خشونت است. البته باید بدانید نیت اصلی آن ها علاقه مندی به شما و داشتن آینده ای بهتر است.

اصولی مطالعه کنید

به توجه به شرایط، شما باید به گونه ای درس بخوانید که به آن علاقه مند شوید. واضح است که تنها راه دست یابی به این هدف، مطالعه صحیح و اصولی است. به همین منظور و برای علاقه مند شدن تان به درس خواندن، توصیه هایی برای تان دارم. این شما می خواهم با پشتکار و ایجاد انگیزه در خودتان، این مسیر را تا انتها ادامه دهید تا نتایج آن را در امتحانات خرداد ببینید و علاقه مندی تان به تحصیل بیشتر شود.

✱ در ابتدا برای هر هفته یک برنامه تنظیم و خود را متعهد به اجرای آن کنید.

✱ برای شروع در هر روز، ابتدا با درسی که به آن علاقه بیشتری دارید یا با معلم آن ارتباط بهتری برقرار کرده اید، مطالعه را آغاز کنید.

✱ در درسی که یادگیری آن برایتان سخت است، می توانید از همکلاسی های خود که در آن درس قوی هستند، کمک بگیرید و مطالعه گروهی داشته باشید.

✱ زمان های مطالعه خود را به قسمت های کوتاه تقسیم کنید تا احساس خستگی نکنید و مطالب را به خوبی فراگیرید.

✱ هنگام مطالعه دروسی همچون علوم، به کاربرد آن ها در ابعاد مختلف زندگی روزمره فکر کنید تا علاقه و انگیزه بیشتری در شما ایجاد شود.

✱ از مشاور مدرسه خود برای ارتباط بهتر با والدین به خصوص مادرتان که زمان بیشتری را با شما سپری می کند، راهنمایی بگیرید.

۵ توصیه برای مشورت با فرزند قبل از سن بلوغ

به هر حال در مشورت گرفتن یا نظرخواهی از کودکان پیش از سن بلوغ، نکاتی را باید مدنظر قرار داد که در ادامه مطرح می شود.

۱- سن کودک، شرایط و تجربیات گذشته کودک خود را بشناسید و بعد از او نظرخواهی کنید.

۲- هرگز در موضوعی که امکان انعطاف در صلاح دید خودتان نیست، از کودک نظرخواهی نکنید. به سخن ساده تر، تنها زمانی از کودک نظر بخواهید که حتماً بتوانید نظرش را اجرائی کنید.

۳- اگر فکر می کنید در یک نظرخواهی ممکن است بین چند گزینه با ویژگی ها و خصوصیات بسیار متنوع و پراکنده، کودک تان گیج شود و در نهایت انتخاب درستی انجام ندهد، خودتان پیش از نظرخواهی گزینه های اضافی را حذف کنید و دو یا سه گزینه را که به طور قطع همگی برای کودک مناسب هستند، در برابر کودک قرار دهید. سپس از او بخواهید از بین این گزینه ها هر کدام را که دوست دارد، انتخاب کند.

۴- روش های استدلال کردن برای نتیجه گیری درست را به کودک یاد بدهید. به طور مثال برای انتخاب کفش مناسب به کودک بگویید: «این کفش، هر دو کفش های خوبی هستند و از نظر جنس، قیمت و کیفیت وضعیت یکسانی دارند اما اگر قصد خرید کفش برای استفاده در پارک یا تفریح را داری، این کفش که رنگ تیره تری دارد و دیرتر کثیف می شود، کفش بهتری است و کفش دارای رنگ روشن تر برای استفاده در مهمانی ها مناسب تر است. حالا خودت تصمیم بگیر کدام کفش برای تو بهتر است.»

۵- اگر کودک انتخاب خود را انجام داد و در نهایت مشکلی پیش آمد، پشت او را خالی نکنید و او را به دلیل انتخابش، سرزنش نکنید. ماندن پای انتخاب هایش و پذیرفتن عواقب تلخ و شیرین آن ها را به او یاد بدهید تا در آینده بتواند با دید عمیق تر و دقیق تری انتخاب کند. از طرفی، نگران شکست در این نظرخواهی نخواهد بود و می داند که شما باز هم به او فرصت انتخاب و نظرخواهی می دهید.

۵ توصیه برای مشورت با فرزند بعد از سن بلوغ

نظرخواهی و مشورت به خصوص با فرزند در آستانه سن بلوغ یا بعد از آن، با شروع تغییرات در ساختار فکری و اجتماعی فرزند شکل دیگری به خود می گیرد. کودکی که تا دیروز نظرخواهی درباره مسائل شخصی اش به او عزت نفس و حس ارزشمندی می داد، حال این اختیار عمل را حق خود می داند و به دنبال اثبات خویشتر در موقعیت های بهتر و حساس تر خانواده است. بنابراین وقت آن رسیده است که از فرزندتان در مسائل مهم تر مشورت بگیرید. نکاتی که در ادامه مطرح می شود، در رسیدن به نتیجه مطلوب شما را یاری خواهد کرد.

۱- همانند مرحله قبل، پیش از ورود به مقوله مشورت در امور با فرزندتان، قابلیت ها، توانایی ها، مهارت ها و استعداد های او را بشناسید. مشورت گرفتن در حوزه ای که نو جوان در آن مهارت یا اطلاعات کافی ندارد، تاثیر عکس دارد و شما را به نتیجه مطلوب که همان رشد و تعالی شخصیت فرزندتان است، نمی رساند.

۲- اگر نیاز است، پیش از شروع مشورت با فرزندتان، ابتدا از همسر تان کمک بخواهید و به قول عامیانه حرف هایتان را یکی کنید و موضوع را تا جایی که امکان دارد، خودتان حل و فصل و در ابعاد کوچک تر درباره آن با فرزندتان مشورت کنید. به این ترتیب هم والد مقتدری هستید و هم بار سنگینی را روی دوش فرزندتان نمی گذارید.

۳- به فرزندتان پیام دهید که در این مرحله، نظرخواهی از او به منزله اجرای تمام و کمال نظر و خواسته او برای حل مسئله پیش رو نیست، به تعریف دیگر به او یاد بدهید که قرار است مسئله را مانند شما بررسی و درباره آن اظهار نظر کند و راه حل های پیشنهادی خود را بدهد. در واقع او هنوز در جایگاهی نیست که برای امور خانواده تصمیم گیری کند اما می تواند شما را در امور تصمیم گیری همراهی کند.

۴- باز خوردهای شما به شیوه حل مسئله و اظهارات فرزندتان درباره مسئله مورد مشورت، بر اعتماد به نفس و مهارت های فردی فرزندتان تاثیر فوق العاده ای خواهد گذاشت. اگر پیشنهادها و راهکارهایی مناسب و قابل تأمل ارائه می دهد، وی را تشویق کنید و اگر موضوع را به درستی متوجه نشده یا راهکار هایش عملی نیست، با ادبیات مناسب او را قانع کنید که نمی توانید به راهکار هایش فکر کنید.

۵- شیوه صحیح سنجش ابعاد مسائل مختلف از مرحله بررسی تا تصمیم گیری را در موقعیت های آزمایشی به او بیاموزید. برای مثال یک خانواده چهار نفره تصمیم به مسافرت دارند و قرار است از فرزندانشان خود که یک پسر نو جوان است، مشورت بگیرند. با ارائه یک صورت صحیح از وضعیت فعلی تان، او را در ارائه بهترین پیشنهاد برای مقصد سفر یاری کنید. برای مثال وضعیت وسیله نقلیه، وضعیت آب و هوایی، میزان هزینه های سوخت، مکان و هزینه های جانبی را به عنوان اطلاعات اولیه برای او تشریح کنید. به این ترتیب هم بررسی همه جانبه مسئله را به او آموخته اید و هم در ارائه بهترین راهکارها کمکش کرده اید.



زمانی که صحبت از مشورت کردن به میان می آید، مقصودمان صرفاً کمک گرفتن از یک فرد برای حل مشکل یا مسئله ای که خودمان به هر دلیلی از تصمیم گیری درست درباره آن عاجزیم، نیست بلکه استفاده از نظرات و زاویه دید افراد دیگر درباره کاری است که قصد انجام آن را داریم.

اهمیت مشورت با فرزند در رشد شخصیت او و ریزه کاری های اجرایی کردن این موضوع

بشنو از فرزند چون نظر می دهد!



زهرآ آغمی | کارشناس علوم تربیتی

پدر و مادرها، الگوی فرزندانشان هستند و مشورت کردن یکی از بهترین شیوه های تربیتی است و اگر والدین به آینده فرزندشان اهمیت می دهند، باید آن را به صورت عملی، آموزش دهند. مشورت با فرزندانشان در شکل ابتدایی و در مقدماتی ترین مراحل خود، از زمانی آغاز می شود که شما به کودک تان اجازه می دهید درباره بخشی از امور خود اظهار نظر کند. نمی توان محدوده سنی دقیق و قطعی برای شروع این مرحله در نظر گرفت زیرا فرزندانشان به فراخور جنسیت، میزان رشد هوش اجتماعی و رشد شناختی، قابلیت های متفاوتی دارند بنابراین ممکن است کودکی در سن سه سالگی بتواند بین چند گزینه، کفش مناسب با فصل و موقعیت قرار گرفته در آن را انتخاب کند ولی کودکی دیگر در همان سن حتی از انتخاب یک اسباب بازی مناسب برای خودش عاجز باشد.

تعریف علمی مشورت کردن

در قدم اول باید بدانیم زمانی که صحبت از مشورت کردن به میان می آید، مقصودمان صرفاً کمک گرفتن از یک فرد برای حل مشکل یا مسئله ای که خودمان به هر دلیلی از تصمیم گیری در دست درباره آن عاجزیم، نیست. در فرهنگ های علوم رفتاری، مشورت کردن به این ترتیب تعریف می شود: «استفاده از نظرات و زاویه دید افراد درباره موضوعی که قصد انجام کاری برای آن را داریم.»



تربیت فرزند

صفحه ویژه تخفیفات

پذیرش انحصاری آگهی ۰۹۱۰۵۵۰۱۷۸۳
تلفن مشاور و راهنما: ۰۹۳۳۱۱۵۳۷۵۵

پیتا آتاک
غذاهای فست فود
کتابخانه پیش غذا
پیگ رایگان

شعبه ۱: بلوار جانباز - جنب جاذباز ۲
مجموع شهر غذای پاز
تلفن سفارشات:
۳۷۰۵۶۹۱۲
شعبه ۲: میدان تختی
بین آپکوه ۱ و ۳
تلفن سفارشات:
۳۷۲۳۸۰۰۴
۳۷۲۳۸۰۰۶
ZHOORAKPIZZA
تلفن سفارشات و پیشنهادات:
۰۹۱۵۳۵۹۱۶۹۶

لایکو
لطف، ملحفه و پارچه
نوزاد و نوجوان، پتو
تشک، بالش، حوله
آشپزخانه و لوازم دکوری

۳۰% OFF
۴۴ سال سابقه

پنجراه سناباد - بین ابن سینا ۱۴ و ۱۶
نماینده انحصاری لایکو در مشهد
۴۰% OFF

laico_mashhad
laico_mashhad
لطف و احترام را دوست دارید
۰۵۱۳۴۸۲۱۲۰
۰۹۱۵۲۲۳۳۲۵

۱۰ میلیون فرید با پرداخت
ماهانه ۳۴۷ هزار تومان
فروش اقساطی ۶ ماهه
بدون کارمزد

تخفیف ۱۰٪ تا ۱۵٪ >> خرید لوازم منزل با اقساط ۳۶ ماهه

DAEWOO DE
snowa
لوازم خانگی شعبه مرکزی

تلفن: ۰۵۱-۳۶۰۲۱۵۳۳-۵
دورنگار: ۰۵۱-۳۶۰۲۳۱۵۹
بلوار معلم بین معلم ۱۲ و ۱۳

43"

Amin Boarding Clinic

فعالیت بخش ها:

- پزشک عمومی و اورژانس
- بصورت شبانه روزی
- آزمایشگاه تشخیص طبی
- و آسیب شناسی

بخشهای تخصصی:

- ارتوپدی
- زنان و مامائی
- داخلی

درمانگاه شبانه روزی امین
تأسیس ۱۳۷۹

تخفیف ویژه

خیابان کلاهدوز، بین کلاهدوز ۴۷ و چهارراه ابوطالب تماس: ۰۳۷۲۷۸۰۱۰-۰۳۷۲۷۸۰۹۰-۰۳۷۲۸۵۶۶۵