

کارگاه فرزندپروری

(راهنمای آموزش به والدین)

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۹	پیشگفتار
۱۱	راهنمای اجرای کارگاه‌های آموزشی
۱۵	مهارت‌های فرزندپروری
۱۶	جلسه اول: والدین آسان‌گیر/ والدین سخت‌گیر
۳۲	تمرین‌های خانوادگی
۳۸	جلسه دوم: صرف وقت با فرزند
۵۵	تمرین‌های خانوادگی
۵۸	جلسه سوم: تشویق کردن
۷۹	تمرین‌های خانوادگی
۸۴	جلسه چهارم: گفتگو کردن
۹۴	تمرین‌های خانوادگی
۱۰۳	جلسه پنجم: تصمیم‌گیری و حل مسئله
۱۲۲	تمرین‌های خانوادگی
۱۲۶	جلسه ششم: کنترل خشم و بیان احساس
۱۵۱	تمرین‌های خانوادگی
۱۶۱	جلسه هفتم: قوانین خانوادگی
۱۷۹	تمرین‌های خانوادگی
۱۸۳	جلسه هشتم: شناخت نیازهای اساسی بچه‌ها
۱۹۷	تمرین‌های خانوادگی
۲۰۴	جلسه نهم: روش تذکر/ اخطار/ جریمه
۲۲۴	تمرین‌های خانوادگی
۲۲۹	جلسه دهم: پیشگیری از رفتارهای پرخطر
۲۴۷	تمرین‌های خانوادگی
۲۵۲	جلسه یازدهم: حمایت از آرزوهای فرزندان
۲۶۸	تمرین‌های خانوادگی
۲۷۲	ارزشیابی دوره فرزندپروری

مقدمه

کتاب حاضر برای مدرسین کارگاه‌های فرزندپروری نگاشته شده و شامل محتوای آموزشی و راهنمای گام به گام اجرای کارگاه‌ها است.

ایده اولیه با تصویب طرحی برای تدوین بسته‌های آموزشی به منظور پیشگیری از رفتارهای پرخطر در میان نوجوانان از طرف دفتر مقابله با مواد مخدر و جرم سازمان ملل متحد (UNODC) آغاز شد. در نهایت سه بسته آموزشی شامل: مهارت‌های فرزندپروری ویژه والدین، مهارت‌های زندگی ویژه نوجوانان، و مهارت‌های پرورشی ویژه دبیران و اولیای مدارس تهیه شد.

کتاب حاضر نسخه تکامل یافته و جامع‌تر طرح اولیه است. کتاب بر اساس بررسی منابع متعدد آموزشی، نتایج نیازسنجی (که به منظور تعیین نیازهای آموزشی خانواده‌های ایرانی انجام شد)، آزمون اولیه در مدارس منتخب، و بیش از همه بر پایه "برنامه تقویت بنیان خانواده" خانم دکتر کارول کامفر (۱) تدوین شد.

در برنامه تقویت بنیان خانواده دکتر کارول کامفر، که کتاب حاضر بسیار وامدار آن است، تک‌تک موضوعات انتخاب شده و تمرین‌های مربوط به آن بر اساس نتایج مطالعات علمی در آن زمینه طراحی شده است.

لازم به ذکر است که بسیاری از مثال‌های مربوط به بخش والدین را دفتر UNODC با همکاری آقای بیژن بیرنگ به صورت ویدیوهای آموزشی برای والدین در آورده‌اند.

در اینجا لازم می‌دانم از زحمات همه عزیزانی که در این مهم مرا یاری دادند سپاسگزاری نمایم:

سرکار خانم دکتر ملوک خادمی از دانشگاه الزهرا که در تصویب طرح نقشی اساسی داشتند
سرکار خانم دکتر گلاره مستشاری از دفتر مبارزه با مواد مخدر و جرم سازمان ملل که در طول انجام پروژه حامی آن بودند

جناب آقای حمیدرضا طاهری نخست از دفتر یونیسف که در تداوم و تکمیل طرح نقش مهمی داشتند
جناب آقای دکتر سید مجتبی یاسینی از دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد که با بازخوانی و ویرایش متن کتاب، بویژه مثال‌ها، بر غنای علمی کتاب بسیار افزودند

سرکار خانم مریم نوبهاری گرافیسست محترم که با طراحی تصاویر زیبا و گویا به فهم بهتر محتوای کتاب یاری رساندند

جناب آقای ایرج حبشی و بیژن بیرنگ که در جلسات بازخوانی فیلمنامه‌ها شرکت و پیشنهادات مفیدی ارائه کردند

Karol L. Kumpfer 1. The Strengthening Families: Program,
<https://strengtheningfamiliesprogram.org/#:~:text=Karol%20L.,from%20using%20alcohol%20and%20drugs>

پیشگفتار

فرزندپروری و مهارت‌های زندگی به عنوان مجموعه فعالیت‌هایی که به منظور تربیت کودکان و آماده‌سازی آنها جهت انجام وظایف پیچیده‌ای که جامعه در نظر دارد یکی از مهمترین وظایف خانواده‌هاست. در اکثر جوامع انسانی بار اصلی این وظیفه بر دوش زنان بوده و غالباً از مادران انتظار می‌رفته با اندک کمک و مشارکت پدر این وظیفه خطیر را انجام دهد. درمورد پسران معمولاً از اوایل سنین نوجوانی پدران نیز به تدریج نقش خاص خود را به عنوان الگوی نقش مردانه و آموزش مهارت‌های اجتماعی و شغلی برعهده می‌گرفتند. در مورد دختران تقریباً تمام وظایف فرزندپروری تا سنین بالا بر عهده مادر یا زنان دیگر بود.

علیرغم اهمیت این وظیفه تا چند دهه اخیر در اکثر کشورها به تعریف و آموزش مهارت‌های فرزندپروری به مادران و پدران و مهارت‌های زندگی به بچه‌ها توجه جدی نشده بود و این مهارت‌ها عمدتاً از طریق مشاهده و تقلید رفتار همسالان آموخته می‌شد. با پیشرفت دوره روانشناسی کودک و توجه روزافزون به مفهوم و فرایند رشد "کل عمر" تعریف و آموزش مهارت‌های فرزندپروری و مهارت‌های زندگی مورد توجه سازمان‌های ملی و بین‌المللی ذریبط قرار گرفته است. این توجه تا حد زیادی ناشی از شناسایی ابعاد پیچیده رشد و یادگیری در دنیایی سریع‌اً در حال تغییر و تحول از یک سو و گسترش دامنه تعاملات اجتماعی و اقتصادی بین کشورهای توسعه یافته و درحال توسعه از سوی دیگر می‌باشد.

کتاب حاضر شامل مجموعه جامعی از مباحث نظری و روش‌های عملی مهارت‌های فرزندپروری و مهارت‌های زندگی مورد نیاز زوج‌های ایرانی و فرزندان نوجوانشان است که حاصل صدها ساعت مطالعه، نیازسنجی، پیش‌آزمون، و بر اساس آخرین توصیه‌های صاحب نظران این رشته بوده تا مجموعه‌ای منسجم، روان و بر اساس علم روز تدوین گردد.

در نگارش این کتاب خانم دکتر الهه میرزایی که از مترجمین و مدرسین باسابقه متون روانشناسی و علوم اجتماعی هستند با تکیه بر پژوهش‌ها و دانش روز توانسته‌اند روش‌های اساسی فرزندپروری و مهارت‌های زندگی را در دسترس خوانندگان ایرانی (اعم از زوجهای جوان، والدین و مربیان) قرار دهند. افزون بر این، کتاب می‌تواند مورد استفاده دانشکده‌های مختلف و نهادهای سازمان‌ها و وزارتخانه‌های علاقمند به موضوع، از جمله وزارت آموزش و پرورش، سازمان بهزیستی و وزارت ورزش و جوانان قرار بگیرد.

من چاپ و انتشار وسیع این کتاب را قویاً توصیه می‌کنم و امیدوارم برنامه کارگاه‌های فرزندپروری و آموزش مهارت‌های زندگی مورد استقبال سازمان‌های علاقمند قرار گیرد.

سید امیر هوشنگ مهریار

راهنمای اجرای کارگاه‌های آموزشی

۱. ترتیب کارگاه‌ها به این شکل است که کارگاه والدین (مهارت‌های فرزندپروری) و کارگاه بچه‌ها (مهارت‌های زندگی) همزمان در دو کلاس جداگانه توسط دو مربی اجرا می‌شود، پس از پایان این دو، بچه‌ها به کلاس والدین می‌پیوندند و تمرین‌های خانوادگی را به اتفاق هم انجام می‌دهند.
۲. کتاب حاضر برای مجریان کارگاه‌های فرزندپروری تدوین شده است.
۳. کل دوره شامل ۱۱ جلسه است که هفته‌ای یک بار تشکیل می‌شود. کارگاه والدین و کارگاه بچه‌ها که همزمان در دو کلاس جداگانه تشکیل می‌شود حدود ۱ تا ۱/۵ ساعت، و تمرین‌های خانوادگی حدود ۳۰ تا ۴۵ دقیقه به طول می‌انجامد.
۴. بنابراین خانواده‌ها برای شرکت در این دوره باید یازده هفته و هر بار حدود دو ساعت و نیم زمان در نظر بگیرند.
۵. در دعوتنامه زمان تشکیل کارگاه‌ها را مشخص کنید. پیش از آغاز دوره آموزشی می‌توانید یک جلسه توجیهی برای والدین بگذارید.
۶. اگر خانواده‌ای می‌داند که در تعدادی از کارگاه‌ها نمی‌تواند شرکت کند از آنها بخواهید در دوره بعدی شرکت کنند. خانواده‌هایی که هر از گاهی غیبت دارند، سعی کنید بعد از کلاس با آنها کار کنید و به گروه برسانید.
۷. بسته به امکانات مدرسه یا مؤسسه آموزشی یک یا دو میان وعده تهیه ببینید. چای و شیرینی کفایت می‌کند، هر چند که بعضی مراکز، کار را با صبحانه برای خانواده‌ها آغاز می‌کنند.
۸. روش‌های آموزشی به کار گرفته شده در این کارگاه‌ها عبارتند از:
 - ✓ بحث و گفتگو
 - ✓ بارش افکار
 - ✓ تمرین‌های فردی و گروهی
 - ✓ ایفای نقش و
 - ✓ حل مسئله

مربی گرامی:

۱. لطفاً پیش از آغاز دوره، مطالب و تمرین‌های هر جلسه را با دقت بخوانید و به خاطر بسپارید تا در کلاس بدون وقفه و به شکل منسجم مطالب را ارائه و جلسه را اداره کنید.
۲. هیچگاه در کلاس از نوشته‌های کتاب روخوانی نکنید، زیرا متن آن به زبان ادبی نوشته شده و اگر عیناً در کلاس روخوانی یا بازگو شود ممکن است برای بعضی قابل فهم نباشد. بهتر است اول خودتان مطالب را بخوانید و سپس آنرا به زبان محاوره‌ای و ساده برای جمع بیان کنید، به طوری که برای همه قابل درک باشد. می‌توانید از تمثیل‌های رایج منطقه و محله برای رساندن مطالب استفاده کنید.
۳. از آنجا که بسیاری از مناطق با کمبود امکانات مواجه هستند، برای اجرای کارگاه‌ها باید خلاق باشید. مثلاً اگر امکان کپی گرفتن از کاربرگ‌ها را ندارید، می‌توانید آنها را به شکل پاورپوینت نشان بدهید، یا روی تخته به صورت کلید واژه بنویسید.
۴. بسیار مراقب زمان جلسه باشید. از مرور مطالب هفته قبل سریع بگذرید. اگر پرسشی می‌پرسید، شنیدن پاسخ‌های یکی دو نفر کفایت می‌کند. عمده وقت هر جلسه را به موضوعات و تمرین‌های مهم آن روز اختصاص بدهید.
۵. بسیاری از مثال‌ها به گونه‌ای نوشته شده‌اند که به راحتی بتوان آنها را بوسیله ایفای نقش به جمع نشان داد. به همین دلیل می‌توانید با هماهنگی قبلی، از چند داوطلب بخواهید مثال‌ها را به صورت نمایش برای جمع اجرا کنند.
۶. مثال‌ها و مشکلاتی که در کتاب آورده شده تنها به عنوان نمونه ذکر شده و ممکن است برخاسته از مشکلات و وضعیت مردم آن محل نباشد، لذا خواهشمند است پیش از آغاز دوره، مثال‌ها را بخوانید و بر اساس ملاحظات فرهنگی و واقعیات و مسائل مطرح در منطقه و محله آنها را بازنویسی کنید (بومی‌سازی). مثلاً مشکلات خانواده‌ها و رفتارهای پرخطر بچه‌ها ممکن است بسته به منطقه و محله فرق کند.
۷. یا اگر در مثالی از رفتن به استادیوم برای دیدن فوتبال صحبت شده، مسلماً در شهرستان‌ها و روستاهای کشور این مثال مصداق پیدا نمی‌کند. در این صورت باید مثال‌ها را اصلاح کنید.
۸. توجه داشته باشید که بحث‌ها حتماً به موضوع جلسه مربوط باشد. اگر صحبت طولانی یا منحرف شد محترمانه بحث را به موضوع اصلی برگردانید. مثلاً می‌توانید بگویید: "مسئله مهمی را مطرح کردید، امیدوارم فرصتی پیش بیاید که به این موضوع هم بپردازیم اما امروز موضوع صحبت ما است".
۹. اگر والدین سئوالی پرسیدند که پاسخ آن در جلسات بعدی داده می‌شد وقت جلسه را نگیرید و در پاسخ بگویید: "انشالله در جلسات بعدی در مورد این موضوع صحبت خواهیم کرد".

۱۰. اجازه ندهید چند نفر بخصوص همیشه پاسخ و یا نظر بدهند. می‌توانید با پرسیدن پرسش از کسانی که ساکت هستند همه را فعال و در فرایند یادگیری سهیم کنید.

۱۱. بعضی پرسش‌ها برای این طراحی شده‌اند که پیش زمینه‌ای برای مهارت یا مطلب اصلی ایجاد کنند. از این‌ها سریعتر بگذرید. اما برای آموزش مهارت‌های اساسی تا جایی که می‌توانید وقت بگذارید و از خود شکیبایی نشان بدهید. اگر شده، فراتر از وظیفه‌تان، بعد از کلاس با فردی که مهارتی را یاد نگرفته آنقدر تمرین کنید تا مهارت را خوب بیاموزد. زندگی یک انسان ممکن است به همین چند دقیقه وقت اضافه بستگی داشته باشد.

۱۲. کسی را قضاوت و سرزنش نکنید. به نظر همه احترام بگذارید حتی اگر نظرش مخالف اعتقادات یا اصول اخلاقی و ارزش‌های شما باشد.

۱۳. در صورتی که تعدادی از والدین کم سواد یا بی‌سواد هستند، چند کار می‌توان انجام داد، بسته به نوع فعالیت می‌توانید:

❖ مطالب را خودتان بلند بخوانید و توضیح بدهید.

❖ پرسش‌ها را به ترتیب بخوانید و پاسخ‌ها را به‌طور شفاهی بشنوید.

❖ یا افراد را به گروه‌های دو یا سه نفره تقسیم و اطمینان حاصل کنید که در هر گروه حداقل یک والد باسواد حضور داشته باشد تا مطالب و پرسش‌ها را برای گروه خود بخواند و پاسخ اعضای گروه را یادداشت کند.

۱۴. نیازی نیست در مورد میزان تحصیلات شرکت‌کنندگان سؤال بپرسید. می‌توانید رو به جمع بگویید: "لطفاً در هر گروه یک نفر پاسخ‌ها را یادداشت کند"، مسلماً کسانی که باسواد هستند داوطلب نوشتن می‌شوند.

۱۵. در مورد مسایل خصوصی، مانند وضعیت تأهل، شغل، سن، وضعیت اقتصادی و غیره سؤال نپرسید.

۱۶. گاهی اوقات زن و شوهرها اختلاف نظرشان را سر کلاس مطرح می‌کنند. اگر مشکل مطرح شده مربوط به موضوع بحث است از این فرصت برای آموزش نکات مهم استفاده کنید ولی مستقیماً وارد اینکه چه کسی درست می‌گوید، نشوید.

۱۷. در مورد بعضی مسائل هم می‌توانید از یافته‌های علمی کمک بگیرید. مثلاً اگر کسی گفت: "هر چه من به بچه‌ام می‌گویم، همسر عکس آن را به بچه می‌گوید"، شما می‌توانید رو به جمع کنید و مثلاً بگویید: "تحقیقات نشان داده پدر و مادری که از روش‌های تربیتی یکسان استفاده می‌کنند، بچه‌هایشان بهتر حرف گوش می‌کنند و کمتر مشکل پیدا می‌کنند، بنابراین بسیار مهم است که پدر و مادر به توافق برسند و از یک روش واحد استفاده کنند". در این گونه موارد پاسخ را رو به جمع بیان کنید تا نگاه‌ها به شما برگردد و بتوانید پس از پاسخی کوتاه موضوع اصلی را ادامه بدهید.

۱۸. بعضی از اختلافات شخصی است و صلاح نیست در جمع به آن پرداخته شود. در این گونه موارد پاسخ را به بعد از کلاس موکول کنید و به موضوع اصلی برگردید. مثلاً اگر مادری گفت: "شوهرم معتاد است و جلوی بچه‌ها مواد مصرف می‌کند"، شما می‌توانید بگویید: "انشالله بعد از جلسه راجع به این موضوع با هم صحبت می‌کنیم".

۱۹. بعد از جلسه هم بدون آنکه قضاوت و کسی را محکوم کنید فقط به آموزه‌های کلاس اشاره کنید، مثلاً بگویید: "تحقیقات نشان داده اگر فردی از اعضای خانواده مواد مصرف کند، بچه‌ها بیشتر احتمال دارد مواد مصرف کنند"، یا "تحقیقات نشان داده اگر فردی برای مصرف مواد از بچه کمک بگیرد و مثلاً به او بگوید سیگار بیاور، یا منقل را روشن کن، بیشتر احتمال دارد بچه‌اش هم مواد مصرف کند". تنها به دادن اطلاعات بسنده کنید.

۲۰. اگر مشکل حاد است خانواده را به مشاور ارجاع دهید.

۲۱. وارد حیطه‌ای که در تخصص شما نیست نشوید.

۲۲. اگر اختلاف نظر میان شرکت‌کنندگان باعث جروبوت شد، قضاوت نکنید و طرف کسی را نگیرید، فقط آموزه‌های صحیح را از قول متخصصین و رو به جمع مطرح کنید. توجه‌ها را به موضوع اصلی برگردانید و کلاس را ادامه بدهید. مثلاً می‌توانید بگویید: "همانطور که سر کلاس گفتیم " یا "متخصصین معتقدند که".

۲۳. افراد را در موقعیت "سرمندگی" قرار ندهید. مثلاً نگویید: "شما که هیچ وقت نمی‌آید"، یا "لابد شما هم وقتی جوان بودی از این کارها می‌کردی".

۲۴. مواردی که مطرح می‌شود را به صورت کلید واژه روی تخته بنویسید، لازم نیست جمله کامل نوشته شود.

۲۵. در بسیاری از تمرین‌های گروهی هدف آن است که جنبه‌های مختلف یک مسئله مطرح شود، بنابراین، پاسخ صحیح یا غلطی وجود ندارد.

۲۶. هرگاه پرسشی از شما پرسیده شد که پاسخ آن را نمی‌دانستید صادقانه بگویید: "نمی‌دانم ولی سعی می‌کنم پاسخ آن را پیدا کنم".

۲۷. پاسخ صحیح بعضی از پرسش‌ها داخل پرانتز نوشته شده است. این پاسخ‌ها صرفاً برای راهنمایی مربیان آمده است. توجه داشته باشید اشتباهاً پاسخ‌ها را برای جمع نخوانید.

۲۸. خانواده‌ها را به وسیله تشویق کردن به انجام تمرینات خانه ترغیب کنید.

مهارت‌های فرزندپروری

(ویژه والدین)

جلسه اول

والدین آسان گیر / والدین سخت گیر



عناوین

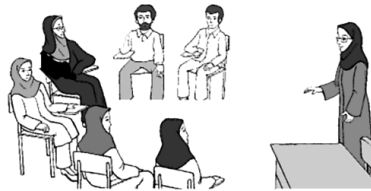
- ❖ خطراتی که بچه‌ها را تهدید می‌کند
- ❖ عوامل مؤثر در رفتار بچه‌ها
- ❖ نقش والدین در پرورش فرزندان
- ❖ والدین آسان گیر / والدین سخت گیر
- ❖ تأثیر رفتارهای آسان گیرانه و سخت گیرانه بر فرزندان

مربی گرامی پیش از آغاز دوره آموزشی از برگه‌های پیوست به تعداد شرکت‌کنندگان کپی بگیرید. در صورتی که امکانات در اختیار ندارید می‌توانید بنا به صلاحدید خود بعضی نوشته‌ها را بلند بخوانید، یا مطالب را به صورت کلیدواژه بر روی تخته بنویسید، یا از پاورپوینت استفاده کنید.

خواهشمند است توجه فرمایید مثال‌ها و موارد مطرح شده در برگه‌های پیوست فقط به عنوان نمونه ذکر شده‌اند. لذا قبل از کپی گرفتن لازم است موارد بر اساس واقعیات و مسائل مطرح در جامعه محلی بازنویسی گردد.

خوشامدگویی و شناخت اعضا

روش: توضیح



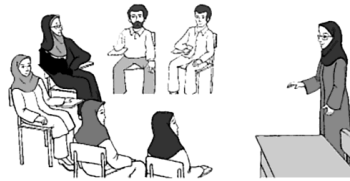
۱. جلسه اول را با حضور همه اعضای خانواده، یعنی هم والدین و هم بچه‌ها آغاز کنید.
۲. شفاهاً حضور و غیاب کنید.
۳. در ابتدای جلسه به حضار خوشامد بگویید و از خانواده‌ها به خاطر شرکت در دوره آموزشی تشکر کنید.
۴. خود را معرفی کنید، و اگر فرزند دارید، تعداد، و سن فرزندان را بگویید.
۵. از والدین نیز بخواهید خود را معرفی و تعداد و سن فرزندان را بگویند. بچه‌ها هم نام و اینکه کلاس چند هستند را بگویند.
۶. دوره آموزشی را با توضیحات زیر آغاز کنید:

خوشبختانه بچه‌ها چند سال از مقطع تحصیلی را به سلامت پشت سر گذاشته‌اند و آماده گذراندن کلاس‌های بالاتر هستند. بچه‌ها در هر دوره از زندگی‌شان به مهارت‌های خاصی نیاز دارند تا بتوانند به بهترین نحو آن دوره را بگذرانند. هدف از برگزاری این دوره آموزشی هم این است که بچه‌ها

مهارت‌هایی را که در دوران نوجوانی برای موفق شدن به آن نیاز دارند یاد بگیرند و تمرین کنند. در کلاس والدین هم دانش روز و تجربیاتمان را در مورد مهارت‌های فرزندپروری باهم درمیان می‌گذاریم و تمرین می‌کنیم. امیدوارم شرکت در این کلاس‌ها، زندگی را برای شما و فرزندان‌تان راحت‌تر و شادتر کند و باعث بشود که بچه‌ها دوره نوجوانی را به سلامت و بدون مشکل پشت سر بگذارند. کلاس‌ها به این صورت است که اول کلاس والدین و بچه‌ها به‌طور جداگانه، به مدت حدود یک ساعت و نیم، تشکیل می‌شود. بعد بچه‌ها برمی‌گردند به اینجا و باهم کلاس خانواده را تشکیل می‌دهیم که حدود ۳۰ تا ۴۵ دقیقه طول می‌کشد. پس جمعاً هر بار حدود دو ساعت تا دو ساعت و نیم در خدمت شما هستیم. این دوره آموزشی جمعاً شامل یازده جلسه است. حالا از بچه‌ها می‌خواهیم به اتفاق مربیان خود، آقا/خانم..... به کلاس خودشان بروند و فعالیت‌هایشان را شروع کنند. ما هم به اتفاق پدر و مادرها همین‌جا می‌مانیم و به کارمان ادامه می‌دهیم. در آخر جلسه بچه‌ها دوباره به اینجا برمی‌گردند تا به اتفاق پدر و مادرها مهارت‌هایی را که یاد گرفته‌اند تمرین کنند.

تعیین قوانین کلاس

روش: توضیح



۷. جلسه را با توضیحات زیر ادامه بدهید:

برای آنکه جلسات با نظم و بدون مشکل برگزار شود، باید قوانین خاصی برای کلاس‌ها در نظر گرفته شود. مثلاً اینکه در طول جلسه موبایل‌ها خاموش باشند. به نظر شما چه قوانین دیگری را بهتر است رعایت کنیم؟

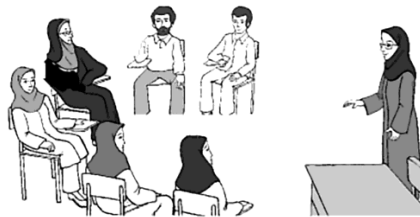
۸. قوانین پیشنهادی را بر روی یک مقوای بزرگ بنویسید و هر بار در کلاس آن را بر روی دیوار بچسبانید. قوانین ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- ✓ موبایل‌ها را خاموش کنیم
- ✓ سر وقت به کلاس بیاییم

- ✓ هر کس خواست صحبت کند با بلند کردن دست وقت بگیرد
 - ✓ نظم جلسه را حفظ کنیم
 - ✓ به نظر هم احترام بگذاریم حتی اگر با آن موافق نیستیم
 - ✓ مسائل خصوصی که در کلاس مطرح می‌شود را برای دیگران تعریف نکنیم
۹. سپس به هر یک از خانواده‌ها کپی برگه " عناوین دوره آموزشی والدین " (پیوست) را بدهید.
۱۰. عناوین را برای جمع بخوانید و به آنها فرصت بدهید تا اگر پرسش یا نظری دارند مطرح کنند.

اهمیت شرکت در دوره آموزشی

روش: توضیح



۱۱. جلسه را با توضیحات زیر ادامه بدهید:

شما هم لابد مثل همه پدر و مادرها دوست دارید فرزندان با اخلاق و موفق تربیت کنید. بچه‌هایی که با وجود فشار همسالان بتوانند عاقلانه تصمیم بگیرند و درست عمل کنند. خوشبختانه تحقیقات نشان داده اگر پدر و مادرها از روش‌های صحیح تربیتی استفاده کنند می‌توانند فرزندان با این خصوصیات بار بیاورند.

بچه‌ها هم در کلاس‌شان مهارت‌های لازم برای زندگی در جامعه امروز را یاد می‌گیرند. آنها می‌آموزند چطور تصمیم‌های عاقلانه بگیرند، چطور با پدر و مادرشان گفتگو کنند، چطور مشکلاتشان را حل کنند، چگونه در برابر کسانی که به آنها پیشنهادها یا خلاف می‌دهند مقاومت کنند، چطور دوست انتخاب کنند، و بسیاری مطالب آموزنده دیگر.

خواهش ما از شما این است که در همه کلاس‌ها شرکت کنید. این کلاس‌ها مثل حلقه‌های زنجیر به هم متصل هستند. آنچه در یک جلسه یاد می‌گیرید در جلسه بعد به کار گرفته می‌شود، و اگر یک جلسه نباشید انجام تمرین‌ها سخت می‌شود.

از پدرها هم یک خواهش مخصوص دارم و آن این است که لطفاً این کلاس‌ها را جدی بگیرید و

برایش وقت بگذارید. پدرها اکثراً فکر می‌کنند وظیفه‌شان فقط تأمین نیازهای مالی خانواده است و کاری به تربیت فرزندانشان ندارند. ولی تحقیقات نشان داده تأثیری که پدرها می‌توانند روی رفتار فرزندانشان بگذارند، بسیار مهم و کلیدی‌ست. پدرها می‌توانند سپر بلای مهمی برای بچه‌ها در مقابل دوستان ناباب و رفتارهای پرخطر باشند، نقشی که پدرها در تربیت فرزندانشان دارند اگر بیشتر از مادرها نباشد کمتر از آنها هم نیست.

خلاصه اینکه پرورش فرزندان موفق و سالم بدون حضور و مشارکت فعال پدرها بسیار سخت خواهد بود.

خطراتی که بچه‌ها را تهدید می‌کند

روش: بارش افکار



۱۲. پرسش زیر را از والدین پرسید:

? به نظر شما در جامعه امروز چه خطراتی بچه‌ها را تهدید می‌کند؟ مریح گرامی اگر موارد زیر عنوان

نشده شما آنها را مطرح کنید:

- ✓ فضای مجازی
- ✓ دوستی با افراد ناباب
- ✓ کشیدن سیگار
- ✓ مصرف مشروبات الکلی
- ✓ خشونت
- ✓ بزهکاری، دزدی
- ✓ فرار از خانه
- ✓ مصرف مواد مخدر
- ✓ خودکشی

عوامل مؤثر بر رفتار بچه‌ها

روش: بارش افکار



۱۳. یک دایره وسط تخته بکشید و روی آن بنویسید: "رفتار بچه‌ها".
۱۴. از والدین بپرسید: "چه عواملی بر رفتار بچه‌ها تأثیر می‌گذارد؟"
۱۵. هر موردی را که والدین مطرح کردند روی تخته بنویسید و به دایره وسط وصل کنید:

