



NODY.IR

## زمانی که فرزند شما ناراحت است

زمانی که فرزند شما ناراحت است و برای درد دل نزد شما می‌آید،

ممکن است به عنوان مثال بگوید :

– از معلم متنفرم

– از خاله بدم میاد

– بابا رو دوست ندارم

– دیگه خونه مادر بزرگ نمیام

– از خواهرم یا برادرم بدم میاد

و .....

در چنین شرایطی :

♦ نصیحت نکنید

♦ حالت دفاعی به خود نگیرید

♦ سعی نکنید فرزندتان را متقاعد کنید که اشتباه می‌کند

♦ سعی نکنید نظر او را عوض کنید

♦ سعی نکنید در حمایت از دیگران صحبت کنید

در چنین مواردی:

☀ شنونده خوبی باشید

☀ احساسش را تایید کنید

☀ سعی کنید علتش را متوجه شوید تا بهتر بتوانید به او

کمک کنید.

➡ با این روش هم هوش هیجانی فرزندتان را بالا می‌برید هم فرزندتان به شما اعتماد می‌کند.

➡ این نوع رفتار باعث می‌شود این فرزند در زمان نوجوانی و جوانی نیز ناراحتی‌ها و مشکلات خود را به والدین مطرح کند نه افرادی که ممکن است صلاحیت نداشته باشند و یا برای رفع و حل دغدغه‌ها به مواد مخدر متوسل نگردد.



**تهیه کننده :**  
**خانم محمدی معاون مالی**

**تایید شده توسط :**  
**آقای علیخو مدیر ریت دبستان**