

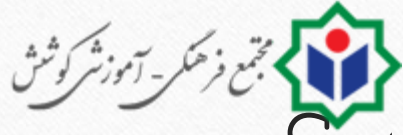


کمال گرایی و فرزند پروری

معصومه اسکندری
متخصص روانشناس



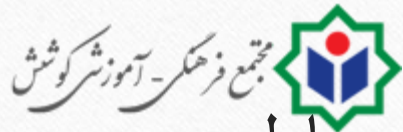
امروزه هیچ پدر و مادری وجود ندارد که در زمینه رفتار با کودک خود با مشکل مواجه نشده باشد. تربیت فرزند وظیفه دشوار است. دنیای کودکی با دنیای بزرگسالان بسیار متفاوت است و بسیاری از افراد جامعه از روش های آموزشی و تربیتی در رابطه با آموزش کودکان اطلاعات چندانی ندارند. بی شک همه ما دوست داریم که پدر و مادران شایسته ای باشیم.



مجمع فز هکر- آموزش کشور

آیا شما کمال گرا هستید؟

- - اغلب خود را مورد انتقاد قرار می‌دهید.
- - وقتی فرزندتان موفق نمی‌شود خودتان را سرزنش می‌کنید.
- - بطور مداوم به این فکر می‌کنید که چطور می‌توانید والد بهتری شوید.
- - به دلیل انتظار بالا از فرزندتان خونسردی خود را از دست می‌دهید.
- - خودتان را با والدین دیگر مقایسه می‌کنید و خودتان را والدینی ناقص می‌دانید.



نشانه هایی از تمایل به کمال گرای در تربیت فرزند

قرار دادن فرزندان زیر زره بین و تمایل به انجام
بدون اشتباه همه کارها

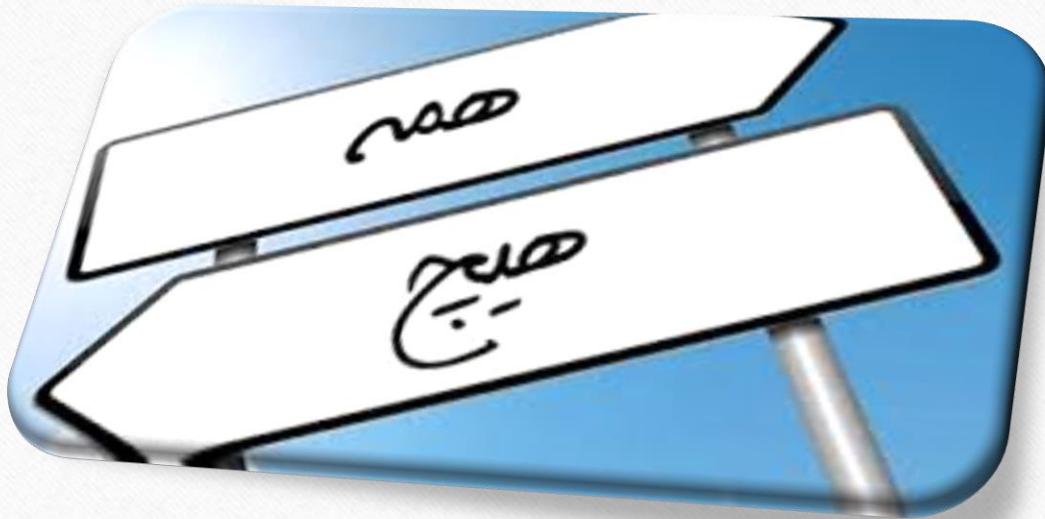
- باز گو کردن سریع اشتباهات فرزندان به آنها

- ستایش یا سرزنش بیش از اندازه فرزندان

- تحت فشار گذاشتن فرزندان برای رسیدن به

رویا های خود

علل کمال گرایی



❖ ترس از بازنده بودن

❖ ترس از اشتباه کردن

❖ ترس از نارضایتی

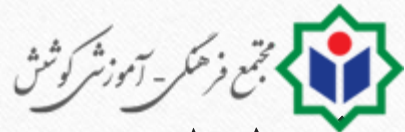
❖ همه یا هیچ پنداری

❖ تاکید بسیار بر روی

بایدها

❖ طرحواره معیار

سختگیرانه



تأثیرات منفی کمال گرا بودن والدین بر روی فرزندان



- ❖ داشتن سطح
استانداردهای بالا
- ❖ ترس از شکست
- ❖ عزت نفس پایین



سبک های فرزند پروری

این تقسیم بندی مبتنی بر تقاضاها و

پاسخدهی والدین است.

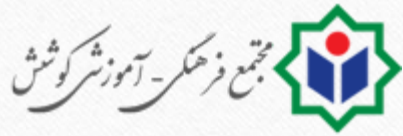
شیوه سهل گیرانه

شیوه مستبدانه

شیوه مسامحه کاری

شیوه مقتدرانه





مجمع فقهی-آموزشی کوشش

فرزند پروری سهل گیر

فرزندپروری سهل گیرانه با تقاضاهای کم والدین و پاسخدهی زیاد آنها مشخص میشود.

والدین سهل گیر توجه بیش از حد به فرزندانشان نشان میدهند و از آنان انتظارات کمی دارند.

این والدین اغلب استقلال و آزادی زیادی به فرزندان میدهند ولی معمولاً اهداف و انتظارات روشنی برای

فرزندان ترسیم نمیکند.

اغلب فرزندان خانواده های سهل گیر به شرفیابی و تحصیلات عالی دست می یازند.



فرزند پروری مستبد

فرزندپروری مستبدانه با تقاضای بالا والدین و پاسخدهی کم آنها مشخص میشود.

والدین مستبد انتظارات بسیار بالایی از فرزندان خود دارند و در تعامل با فرزندان عواطف کمتری نشان میدهند. این والدین لزومی برارایه دلیل جهت دستورات خود نمی بینند و بر اطاعت و احترام بی چون و چرای فرزندان تاکید میکنند.

کاهش عزت نفس، استقلال و خلاقیت و تاخیر در رشد اخلاقی از ویژگی



فرزند پروری مقتدر

در فرزندپروری مقتدرانه با تقاضاها و پاسخدهی های بالای والدین روبرو هستیم.

والدین مقتدر معمولاً فرزندانشان را تشویق میکنند که مستقل باشند علاقه زیادی به پیشرفت فرزندان خود دارند و بازخوردهای مثبتی نسبت به پیشرفت های آنان نشان می دهند و به پیشرفت فرزندان ،خود کمک میکنند.

والدین مقتدر با استدلال منظور خود را روشن و صریح بیان کرده

و فرزندان را در دستیار به اهدافی که برای آنها تعیین کرده



فرزند پروری مسامحه کار

- این گروه از والدین با واژه های بخشنده، طرد کننده، غیر درگیرکننده شناخته میشوند.
- این والدین از کنترل کنندگی و درخواست کنندگی پایین و سبک پذیرندگی پاسخ - دهندگی پایین
- ترکیب شده اند. این والدین در مشکلات خود غوطه ور هستند و خود را در تربیت فرزندان درگیر نمی کنند.
- نوجوانانی که با این شیوه پرورش یافته اند سازگاری و عملکرد های بسیار پایین مشاهده میشود.



مجمع فقهی-آموزش و پژوهش
الکدین

سبک های فرزند پروری متفاوت و الگودین
با کودکی چه می کند؟؟؟



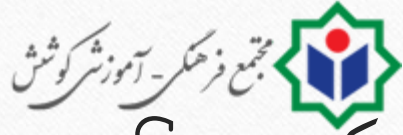


چرا کمال طلب میشویم؟



فشار والدین کمال طلب

داشتن باورهای اشتباه



مجمع پژوهشگر-آموزشگر

در مورد کامل گرایی چه باید کرد؟



- تلاش (پشتکار) سالم
- اولویت بندی
- مسؤلیت پذیری
- تجربه کردن (اشتباه کردن)
- عدم مقایسه فرزندتان با دیگر
- مشاور و همراه



من فرزندم را بی هیچ قید و شرطی و
در همه حال دوست دارم .

گرچه برخی رفتارهای نامطلوب فرزندم
گاهی مرا آزار می دهد ، اما می
دانم که او فرزند خوبی است. فقط
باید به او یاد بدهم که چگونه
رفتار کند .

با تشکر از صبر و



شکیبا