

این ۶ سوال را قبل از خواب از فرزندتان بپرسید

قبل از اینکه فرزندتان بخوابد چند دقیقه‌ای برایش وقت بگذارید و سوال‌هایی را از او بپرسید؛ این مساله باعث می‌شود نسبت به درون او باخبر شوید.

به گزارش سایت خبری پرسون، با بزرگ‌تر شدن فرزندان برای اینکه استقلالشان بیشتر حفظ شود شاید خیلی از خانواده‌ها صلاح بدانند که فرزندشان را رها کنند تا خودش به خواب برود! کار اشتباهی نیست، ولی حتما قبل از خواب چند دقیقه‌ای را با او صحبت کنید. حال و هوای روزش را با این سوالات متوجه بشوید. این کار باعث می‌شود خودش نسبت به احساساتش آگاه‌تر شود!

بعضی از کودکان درون‌گرا هستند و برخی دیگر برون‌گرا! این یک مساله کاملا طبیعی و عادی است. اما آگاه شدن والد از درون کودک با روش‌های مختلفی امکان پذیر است. قبل از اینکه فرزندتان بخوابد چند دقیقه‌ای برایش وقت بگذارید و این سوال‌ها را از او بپرسید. این مساله باعث می‌شود نسبت به درون او باخبر شوید ضمن اینکه مرور روز توسط خودش برای او مفید است و نسبت به مسائل دقیق‌تر فکر خواهد کرد. اثر مهمتر آن هم که خوب می‌دانید حس ارزشمندی فرزندتان است. او به این باور می‌رسد که برای پدر یا مادرش اهمیت زیادی دارد و این مساله بسیار مهم است.

این ۶ سوال را امشب از فرزندتان بپرسید:

از نظر خودت کدام افراد خیلی دوستت دارند؟

با مرور افراد دور و برش و به نظر آوردن کارها و رفتارها و احساساتی که برایش خرج کرده‌اند حال بهتری پیدا خواهد کرد. یکی از بهترین حس‌های دنیا حس دوست داشته شدن است.

در انجام چه کارهایی تواناتری؟

وقتی به خودش فکر کند و توانایی‌هایش را در ذهن بشمارد اعتماد بیشتری به خود پیدا خواهد کرد. شما هم از توانمندی‌هایش آگاه‌تر خواهید شد و دقتتان بیشتر می‌شود.

یک آدم مودب به چه کسی می‌گویند؟!

اینکه بدانید از نظر فرزندتان ادب در چه مواردی تعریف می‌شود گره‌گشای خیلی مسائل دیگر است. وقتی آن مواردی را که به نظرش در حیطه‌ی ادب قرار دارند می‌گوید ناخودآگاه خودش را مجبور می‌کند که آن‌ها را رعایت کند.

از نظر تو برای چه چیزهایی باید شکرگزار باشیم؟!

داشتن حس قدردانی و شکرگزاری خیلی مهم است. طلبکار بودن یا نبودن هر فردی از اینجا ناشی می‌شود که همه چیز را برای خودش بخواد یا خیر! وقتی این سوال را مطرح کنید ذهنش به تکاپو خواهد افتاد که چه چیزهایی دارد و نعمت به شمار می‌آیند؟! برای داشتن هر چیز کوچکی در زندگی باید سپاسگزار بود و این سنگ بنای شخصیت او را در آینده می‌سازد.

با چه چیزهایی خیلی خوشحال می‌شوی؟

در شناخت روحیات فرزندتان خیلی موثر است. هم برای شما بیشتر جا می‌افتد که چه چیزی او را شاد می‌کند و هم خودش برق خوشحالی در درونش روشن می‌شود.

چه کارهایی باعث می‌شود عصبانی بشوی؟

شناخت هر فردی از خودش و درونیاتش از مهمترین موارد است که در رابطه با دیگران هم حرف اول را می‌زند. دانستن نکاتی که عصبانی کننده هستند اهمیت ویژه‌ای دارد. گاهی طی همین گفت‌وگوها متوجه خواهد شد که مواردی که موجب عصبانیتش می‌شوند آنقدرها هم که به نظرش می‌رسد بزرگ نیستند. فقط حواستان باشد که قرار نیست احساساتش را سرکوب کنید. شما فقط قرار است شنونده باشید تا روزهای بعد هم برایتان صحبت کند.