

بسم الله الرحمن الرحيم

## مهارت های تربیت کودک

### دکتر مبین صالحی

بنیامین به یوسف گفت:

پدری نیکوکار دارم و او گفت ازدواج کن شاید خداوند از تو ذریه‌ای بیرون آورد که زمین را به تسبیح، سنگین کنند.

هدف، تربیت و پرورش افرادی است که راه تکامل و یکتاپرستی را در پیش گیرند.

▶ تعریف رشد

▶ رشد یعنی تغییراتی که به طور مستمر در طول زندگی ارگانیسم (از لحظه انعقاد نطفه تا لحظه‌ی مرگ) بوجود می‌آید.

#### تعریف روانشناسی رشد

▶ روانشناسی رشد علمی است که جریان تحولات و تغییرات جسمی، ذهنی، عاطفی و عملکرد اجتماعی فرد را در طول زندگی مطالعه میکند و هدف آن مطالعه، چگونگی تغییر اشخاص و ثبات برخی ویژگیهای آنهاست.

▶ جنبه‌های اساسی رشد و تحول کودکان

1. جسمی - حرکتی

2. شناختی

3. عاطفی

4. خلاقیت

5. اجتماعی

6. کلامی

▶ جنبه‌های اساسی رشد و تحول کودکان

#### 1- رشد جسمی - حرکتی

1. رشد جسمی که جنبه‌ی کم‌لای دارد، شامل رشد اندام‌های بدن، وزن و قد.

2. رشد و تحول حرکتی که جنبه‌ی تحولی دارد و با تغییرات کیفی همراه است، شامل حرکت‌هایی مانند دویدن، پریدن و لی‌لی کردن.

▶ جنبه‌های اساسی رشد و تحول کودکان

## 2- رشد و تحول شناختی

منظور از رشد و تحول شناختی، رشد مهارت‌ها و توانمندی‌هایی است که به کودک در شناخت و درک محیط پیرامون خود کمک می‌کند.

مهمترین سطوح رشد و تحول شناختی شامل موارد زیر است:

1. حواس پنجگانه

2. حافظه

3. استدلال

4. حل مسئله

5. تمرکز

▶ جنبه‌های اساسی رشد و تحول کودکان

## 3- رشد و تحول عاطفی

- عواطف حالت درونی است که به صورت طبیعی در همه انسانها وجود دارد.
- افکار، عواطف (احساسات و هیجان‌ها)، و رفتار، اجزای سه‌گانه‌ی شخصیت هستند.
- پرورش عواطف در سلامت جسمی و روانی کودکان نقش مؤثری دارد.

▶ جنبه‌های اساسی رشد و تحول کودکان

## 3- رشد و تحول عاطفی

- هدف از رشد و تحول عاطفی کودکان:

□ کاهش عواطف ناخوشایند

□ پرورش عواطف خوشایند

□ ایجاد تعادل در عواطف

برای دستیابی به این اهداف، لازم است:

1- کودکان عواطف یا احساسات خود را بشناسند

2- با راه‌های درست بیان آنها آشنا شوند تا بتوانند کم‌کم و متناسب با سن خود، به خود کنترلی و مدیریت عواطف برسند.

✓ بیان درست عواطف یعنی ابراز آنها به گونه‌ای که نه به خود فرد، نه به دیگران و نه به اشیاء و محیط زندگی آسیب برسد.

▶ جنبه‌های اساسی رشد و تحول کودکان

## 4- رشد و تحول خلاقیت

❖ خلاقیت یعنی توانایی ایجاد و به کار گیری افکار و آثار جدید.

❖ از حدود دو سالگی که توانایی تجسم، یعنی تصور اشیاء در نبود آنها در کودک شکل میگیرد، مهارتهای خلاقیتی نیز در کودکان مشاهده می شود.

▶ جنبه های اساسی رشد و تحول کودکان

#### 4- رشد و تحول خلاقیت

سطوح مهم رشد و تحول خلاقیت عبارت است از:

✓ خلاقیت تصویری شامل انواع نقاشی خلاق، تصویر خوانی خلاق، توصیف خلاق مناظر و موقعیت ها مانند دریا، پارک یا خیابان .

✓ خلاقیت حرکتی شامل بازیهای خلاق، نمایش خلاق، حرکات خلاق، حرکات موزون .

✓ خلاقیت حجمی شامل انواع ساخت و ساز (کاردستی)

✓ خلاقیت کلامی شامل داستان سازی و داستان گویی خلاق، جملات خلاق، طرح معما و چیستان.

✓ درک زیبایی ها به ویژه در طبیعت شامل علاقه به مشاهده ی زیبایی ها، لذت بردن از زیبایی ها، بیان آنها در قالب خلاقیت های کلامی، تصویری، حجمی و حرکتی.

▶ جنبه های اساسی رشد و تحول کودکان

#### 5- رشد و تحول اجتماعی

منظور از رشد و تحول اجتماعی کودکان جامعه پذیری آنان است.

سطوح اصلی رشد و تحول اجتماعی کودکان عبارتند از:

❖ شناخت محیط اجتماعی شامل آشنایی با مشاغل، اماکن ... .

❖ شناخت مناسبتها و آداب و رسوم اجتماعی مانند روزها، مراسم خاص ... .

❖ آشنایی با ارزشهای اجتماعی-اخلاقی و دینی مانند سلام، خداحافظی، سپاسگذاری، اجازه گرفتن، رعایت نوبت، راستگویی، احترام به دیگران، کمک، همدلی، همکاری، مشارکت، مسئولیت پذیری و نظم.

❖ توانایی برقراری ارتباط مناسب و مؤثر با همسالان و بزرگسالان، بیان نظر خود و گوش دادن به صحبت دیگران.

❖ آشنایی با حقوق دیگران و رعایت آن.

▶ جنبه های اساسی رشد و تحول کودکان

#### 6- رشد و تحول کلامی

رشد و تحول زبان در کودکان طی مراحل صورت می گیرد که شامل:

□ کشف و تولید صدا (حدود دو تا سه ماهگی)

□ تقلید صداهای دیگران، بیان هجاها (حدود شش تا نه ماهگی)

□ ادای کلمات (حدود یک سالگی)

- بیان جملات (حدود دو سالگی)
- ▶ جنبه های اساسی رشد و تحول کودکان

## 6- رشد و تحول کلامی

- ▶ مهمترین سطوح رشد و تحول کلامی به شرح زیر است:
- **مهارت شنیداری** شامل گوش دادن، تشخیص صداها، تمرکز شنیداری به معنی مدت زمان گوش دادن و درک مطالب از طریق گوش دادن (درک کلمات، جملات، داستان، کارتون و مطالب دیگر).
- **مهارت های بیانی** شامل دایره ی لغات، یعنی تعداد کلماتی که کودک بیان میکند، تلفظ درست صداها، جمله سازی، گفتگو با دیگران، بیان مطالب، تصویر خوانی، روانی کلمه، تعریف قصه های شنیده شده، شعر خوانی و داستان سازی به صورت فردی و گروهی.

▶ مراحل رشد کودک

▶ مراحل زندگی از نگاه قرآن

▶ قرآن کریم مراحل زندگی انسان را از نظر توانمندی به سه دوره تقسیم کرده است:

- **اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَ شَيْبَةً يَخِ إِلَقُ مَا يَشَاءُ وَ هُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ (روم/54)**

خدا همان کسی است که شما را آفرید در حالی که ناتوان بودید؛ سپس بعد از ناتوانی، قوت بخشید و سپس بعد از قوت، ضعف و پیری قرار داد؛ او هر چه بخواهد می آفریند، و دانا و تواناست.

دوران های سه گانه زندگی، در آیه ای دیگر، چنین آمده است:

- **ثُمَّ يَخِ إِلَقُ رَجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِيَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِيَكُونُوا شُيُوخًا (غافر/67)**

سپس شما را بصورت طفلی (از شکم مادر) بیرون می فرستد، بعد به مرحله کمال قوت خود می رسید، و بعد از آن پیر می شوید.

### سال اول

ویژگی ها.

- ▶ اعتماد در برابر بی اعتمادی بنیادی (از تولد تا یکسالگی)
- ❖ کودک در ابتدای تولد کاملا ناتوان و وابسته است. او برای بقای خود نیازمند است که به محیط اطمینان داشته باشد و احساس امنیت کند.
- ❖ برای کودک، این احساس اساسی ترین شرط رشد و سلامت روانی و شادابی اوست.
- ❖ احساس امنیت مهمترین سنگ بنای شخصیت آدمی است.

❖ کودکی که نیازهای او در این دوره ارضا شده است به این نتیجه میرسد که دنیا را محل امن و قابل اعتماد بداند. اما کودکی که به شیوه نامرتب و غیرقابل پیش‌بینی پذیرفته شود و کودکی که طرد شود، دنیا را با ترس و عدم اطمینان تجسم خواهد کرد.

▶ اعتماد در برابر بی‌اعتمادی بنیادی (از تولد تا یکسالگی)

❖ اریکسون تصدیق میکند که هیچ مادری نمیتواند به طور کامل نیازهای فرزندش را برآورده سازد.

❖ عوامل متعددی مانند احساس خشنودی، شرایط موجود زندگی و شیوه های فرزند پروری‌ای که از لحاظ فرهنگی ارزشمند است، بر پاسخدهی مادر تأثیر میگذارد، اما زمانی که توازن پرستاری تنها جنبه منفی پیدا کند، روند آن به بدخیمی منجر میشود.

▶ اعتماد در برابر بی‌اعتمادی بنیادی (از تولد تا 1سالگی)

□ احساس ایمنی شرط هر نوع پیشرفت بعدی است.

□ سال اول از نظر شخصیتی امید شکل می‌گیرد. امید با اعتماد به وجود می‌آید.

□ بی‌ثباتی مادر، باعث میشود که اعتماد اولیه شکل نگیرد و فرد در بزرگسالی بدبین میشود.

▶ دلبستگی در مقابل وابستگی

❖ دل باید همواره بسته باشد و ذهن باید همواره باز باشد.

❖ وقتی سالم هستید که دلتان بسته و ذهنتان باز باشد.

❖ کودکان وابسته، هم دلشان و هم ذهنشان بسته است.

❖ اگر نیاز به امید، در کودکان ارضا شود، دلبسته می‌شوند اما ذهنشان باز می‌ماند.

▶ چگونه ذهن کودک را باز کنیم؟

▶ از طریق تحریک شناختی

حواس کودکان را تحریک کنیم.

° مرتب صداهای مختلف بشنود مثلاً جغجغه‌های مختلفی که وجود دارد.

▶ خواب بیشتر و آرام‌تر

▶ خواندن کتاب برای کودک از سه ماهگی

▶ فقدان صدای ناهنجار

❖ زمانی که نیاز به امنیت بصورت مناسبی برآورده شد، کودک وارد نیاز بعدی که نیاز به استقلال هست، میشود.

▶ **سال دوم**

▶ استقلال‌طلبی در برابر شرم و تردید (1 تا 3 سالگی)

□ در این مرحله کودک نوپا میکوشد تا استقلال بیابد و با حرکت به اطراف، به دنبال این استقلال است.

❑ اریکسون بر اهمیت بازخورد والدین در این مرحله تأکید میکند و معتقد است که نباید کودک را در رفتارهای ناشایانه‌اش دچار شرمساری کرد. هنگامی که کودک در خواسته‌هایش موفق شود، احساس تکیه کردن به خود در او تقویت میشود و او سرشار از غرور میگردد. اما اگر در این فعالیتها ناموفق شود و همیشه با خواسته‌های او مخالف شود، احساس تردید و بی‌کفایتی و شرم میکند.

❑ بنابراین، مسأله اصلی رشد روانی در این مرحله، مبارزه میان خودکفایی و تردید است. اگر این مرحله با موفقیت سپری شود، میتواند پایه و اساس خوشبینی و حسن نیت و تقویت اراده در انسان شود.

▶ استقلال‌طلبی در برابر شرم و تردید (1 تا 3 سالگی)

❖ تعارض اساسی ترین مرحله از رشد، در مبارزه میان:

نیروی پیش برنده (علاقه به آزمایش کفایت خود)

و نیروی عقب برنده (بازگشت به وضعیت وابستگی روانی دوره پیشین)

ظاهر میشود.

❖ جنبه زیستی آشکارا در این مرحله، اهمیت تمیز بودن و آموزش دستشویی رفتن است و به این وسیله، کودک نیاز زیستی خود را به شکلی جامعه پسند در می‌آورد. اگر کودک در این تمرین با شکست مواجه شود، ممکن است در او اضطراب و احساس ناتوانی ایجاد شود.

▶ استقلال‌طلبی در برابر شرم و تردید (1 تا 3 سالگی)

❖ در مجموع، اعتماد و خودمختاری،

○ از تربیت محبت آمیز و دلسوزانه

○ و انتظارات معقول برای کنترل تکانه،

در آغاز سال دوم زندگی به وجود می‌آیند.

❖ اگر کودک بدون اعتماد کافی به والدین، و احساس فردیت سالم، چند سال اول را پشت سر بگذارند، زمینه مشکلات ناسازگاری، آماده میشود.

❖ بزرگسالانی که در برقراری روابط صمیمی با دیگران مشکل دارند، بیش از حد به دیگران وابسته هستند، یا همواره نسبت به توانایی خود برای برخورد با چالشهای جدید تردید دارند، کسانی هستند که در نوباوگی و نوپایی نتوانسته‌اند بر تکالیف اعتماد و خودمختاری کاملاً مسلط شوند.

▶ استقلال‌طلبی در برابر شرم و تردید (1 تا 3 سالگی)

❖ جنبه زیستی آشکارا در این مرحله، اهمیت تمیز بودن و آموزش دستشویی رفتن است و به این وسیله، کودک نیاز زیستی خود را به شکلی جامعه پسند در می‌آورد.

❖ اگر کودک در این تمرین با شکست مواجه شود، ممکن است در او اضطراب و احساس ناتوانی ایجاد شود.

▶ استقلال‌طلبی در برابر شرم و تردید (1 تا 3 سالگی)

❑ سن مناسب آموزش دستشویی:

18 تا 30 ماهگی (بهتر است بعد از 2 سالگی باشد)

❑ عملی باشد نه کلامی:

مادر باید هر نیم ساعت یا یک ساعت یک بار، کودک را بدون کلام به دستشویی ببرد. با کودکان زیر 3 سال خیلی استدلالی صحبت نکنید.

❑ از طریق قصه و بازی برای کودک آمادگی ذهنی ایجاد شود.

▶ استقلال طلبی در برابر شرم و تردید (1 تا 3 سالگی)

○ هر کاری را که کودک می تواند خودش انجام دهد برایش انجام ندهید.

قواعد استقلال:

• به کسی کمک کنید که از شما کمک خواسته است

• به کسی کمک کنید که واقعاً نمی تواند کارش را خودش انجام دهد.

❑ اراده: حاصل به رسمیت شناختن استقلال

❑ خجالت، شرم و تردید: حاصل ارضا نشدن نیاز استقلال کودک

▶ رشد فنرگونه

▶ گاهی کودک مهارت هایی را یاد می گیرد و مدتی پسرفت می کند و دوباره باز می گردد.

▶ در این مدت نباید فشار آورد.

▶ 2 تا 4 سالگی:

• رفتارهای تکانشی

• کنجکاوی جنسی

• خیال بافی کودک (نسبت به خیالبافی کودک نه تایید، نه رد، نه مچ گیری).

خیالبافی یک توانمندی ذهنی هست، نیاز به حافظه بالا، قدرت برنامه ریزی، داستان سرایی، قدرت فکری

▶ 3-6 سالگی

▶ ابتکار در برابر احساس گناه (از 3 تا 6 سالگی)

❑ اریکسون اوایل کودکی را دوره «شکفتن عمیق» نامید.

❑ در این مرحله که سن بازی با همسالان نیز نامیده میشود، کودک با شدت بیشتری اجتماعی میشود و مهارتها، کفایتها، و خلاقیتها را بیشتری از خود نشان میدهد.

❑ کودک در این مرحله علاقه زیادی به وسایل بازی نشان میدهد و آنها را به گونه ای ابتکاری به کار میگیرد.

❑ اضافه شدن ابتکار به خود کفایی دوره قبل، باعث آینده نگرایی و طرح ریزی او میشود.

❑ در کودکی که ابتکار و کفایت برآورده نشود،

احساس گناه، کم ارزشی و گوشه گیری پیدا میشود و در این صورت نمیتواند هدف معینی را دنبال کند.

- ▶ ابتکار در برابر احساس گناه (از 3 تا 6 سالگی)
- ❖ داشتن هدف و جهت، آمادگی برای وظایف سازنده و سازماندهی عمل برای یک فعالیت معین، از ویژگیهای این مرحله است.
- ❖ اگر والدین این امور را تقویت کنند موجب احساس ابتکار و مسئولیت، و در غیر این صورت موجب احساس گناه در کودکان خواهند شد.
- ❖ در این مرحله کودک از جنبه روانی، به شخصیتی که نقشهای مختلف دارد، مجهز میشود. او سعی میکند شخصیت خود را با والدین و بزرگترها همانند سازد و این امر در رشد او جنبه مرکزی دارد.
- ❖ در سه سالگی تقریباً پسران و دختران تفاوتهای جسمی خود را میفهمند و حدود 5 سالگی در مییابند که در آینده مرد یا زن خواهند شد.
- ▶ ابتکار در برابر احساس گناه (از 3 تا 6 سالگی)
- ▶ کنجکاوی و دستکاری
- ▶ خلاقیت
- ▶ سوالهای مکرر
- ▶ خیال‌بافی
- ▶ احساس گناه: حاصل عدم ارضاء حس کنجکاوی
- ▶ ابتکار در برابر احساس گناه (از 3 تا 6 سالگی)
- ▶ بازی
  - به تنهایی (خیالی/با اسباب بازی)
  - با همسالان
  - با والدین
  - دو نکته:
- ❖ در بازی خیال‌بافی وجود دارد (نه دروغ‌گویی)
- ❖ در بازی بلند حرف زدن با خود وجود دارد
- ▶ در این سن رفتن پیش کودکان هم سن، ضروری است؛
- ▶ حداقل یکی دو ساعت در روز.
- ▶ مهد کودک از 3 سالگی به بعد برای کودکان خیلی مفید است.
- ▶ آموزش تاخیر در خواسته
- ▶ آموزش تاخیر انداختن خواسته: (مبنای تقوا)
- کودک موبایل شما را می‌خواهد: بگویید صبر کن (تا 5 سالگی 2 تا 3 دقیقه)



- معمولاً کودکان دوست دارند زود غذا بخورند: می‌توان گفت کسی دست نگذارد، و در حد 30 ثانیه نکته‌ای گفته شود.
- هنگام قطع صحبت والدین توسط کودک: به کودک بیان کنیم بعد بگو.

### قانون مکث 30 ثانیه‌ای برای افراد بزرگسال

- باعث افزایش قدرت تفکر و صبر و در نتیجه باعث افزون شدن انرژی مثبت میشود.
- باعث جلوگیری از بروز عجله و عصبانیت در انسان میشود و قدرتی میدهد که خودتان را کنترل کنید.

#### ▶ آموزش قانون‌مداری

- ❑ کودکان نسبت به قانون تبعیت جو هستند.
- ❑ برای کودک 6 ساله، حداکثر 3 تا قانون وضع کنید.
- ❑ قوانین را به کودکان، 3 تا 3 تا یاد بدهید.
- ❑ کودکان را نسبت به وجود قانون آگاه کنید.
- ❑ سود قانونمند شدن کودک، در نوجوانی ظاهر میشود.
- ❑ گفته شود: خانه ما این قانون را دارد و همه میبایست پایبند باشند. مثلاً: «ما هر جا که باشیم، حتی خانه پدر بزرگ، شب به خانه خودمان برمیگردیم.»

#### ▶ آماده‌سازی کودک، برای تولد خواهر-برادر

- ❖ از وقتی جنین کودک بعدی، 3 ماهه است، باید کودک اول را از جهت ذهنی آماده کرد.
- ❖ در بازیهایی که میکنید یک کودک دیگر هم باشد.
- ❖ از نقش یک عروسک به خصوص انگشتیها استفاده کنید و مرتباً از زبان کودکی که میخواهد بیاید صحبت کنید.
- ❖ همزمان با ورود کودک جدید، کادویی به کودک بزرگتر بدهید.
- ❖ کودک بزرگتر در کار کودک کوچک، مثل نظافتش، همکاری کند این نه تنها علاقه را بیشتر میکند، که رابطه دایره‌ای شکل میگیرد. رابطه زاویه‌ای (مثلثی، مربعی ...) در خانه مضر است.
- ❖ همکاری و کمک کردن، جاذبه اجتماعی می‌آورد. یعنی وقتی به کسی کمک میکنیم، به او علاقه پیدا میکنیم.

دوره چهارم

از 6 تا 11 سالگی

- ▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)
- این مرحله با شروع تحصیلات رسمی مشخص میشود و کودکان را برای انواع مشاغل تخصصی در جوامع پیچیده آماده میسازد.
- کودکان در مدرسه از توانایی منحصر به فرد خود و دیگران آگاه میشوند، به ارزش تقسیم‌بندی کار پی میبرند و احساس مسئولیت، و تعهد اخلاقی را پرورش میدهند.
- ▶ باید با «تشویق»، مهارتهای جدید را در کودک تقویت کرد.
- ▶ محدود کردن کودک و انتقاد مداوم از کارهای او باعث به وجود آمدن احساس حقارت در کودک میشود.
- ▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)
- بحران این دوره خودکم‌بینی و احساس بی‌کفایتی است. و در کودکانی منعکس میشود که به توانایی خود در انجام دادن درست کارها اطمینان کمتری دارند.
- این احساس بی‌کفایتی زمانی ایجاد میشود که خانواده، کودکان را برای تحصیل آماده نکرده باشند.
- یا زمانی که تجربه کودکان با معلمان و همسالانشان به قدری ناگوار باشد که احساس شایستگی و تسلط آنها را نابود کرده باشد.
- ▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)
- سن سختکوشی و شکلگیری شایستگی
- ❖ نتیجه شایستگی ۳-۳-۳ عزت نفس
- 📌 شرایط شکلگیری عزت نفس عبارت است از:
  - همدلی
  - توجه مثبت نامشروط
- 📌 در مقابل، عزت نفس پایین حاصل محبت و توجه مثبت مشروط میباشد؛
  - بچه خوب کسی است که این کارها را بکند.
  - اگر این کار را نکنی، بچه خوبی نیستی.
  - محبتی را که میخواهم به تو بدهم، شرط دارد.
- ▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)
- سن سختکوشی و شکلگیری شایستگی
- ❖ نتیجه شایستگی ۳-۳-۳ عزت نفس
- ▶ کودکان دوست دارند آدمهای لایقی باشند. اگر شکل نگیرد، دچار احساس حقارت میشوند. مثال: پدر پنچری میگیرد. کودک آچار را گرفت و پیچ را سفت کرد. اگر شما دوباره سفت کردن را ادامه دهید، «The End» (توانستم) شکل نمیگیرد.
- ▶ کودکان از اینکه جلوی دیگران به خاطر کار خوبشان تعریفشان کنید، احساس خوبی دارند.
- ▶ کارهایی به کودکان بدهید که به ثمر بنشینند؛ باید ثمر را ببینند.

▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)

□ ممنوعات این سن

✚ باز خورد منفی:

○ نسبت به فعالیت خود کودک (مفهوم توانستن)

○ نسبت به جامعه (انتقاد از جامعه و دولتها)؛ ذهن کودک درک نمیکند.

✚ تحقیر یا تأدیب کودک (بخصوص در مقابل دیگران): «هنوز آدم نشدی!»، «این حرفها به تو نیامده!»

✚ مقایسه کردن: (حتی تعریف از دیگری بدون اشاره مستقیم به کودک)

✚ ارزش گذاری کردن: مرتب نگوئیم تو کودک باهوشی هستی، تو بهتر از دیگرانی،...

✚ ارزش گذاری موضوعات غیر قابل تغییر: آفرین دختر خوشگلم.

▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)

□ ممنوعات این سن

✚ دروغ گفتن به کودک

✚ خلف وعده کردن

رسول اکرم (ص): کودکان را دوست بدارید و به آنها مهربانی کنید و هرگاه به آنها وعده دادید، وفا کنید؛ زیرا آنها شما را روزی دهنده خود می دانند.

✚ غلط گیر بودن

✚ امیرالمومنین علی علیه السلام

لَا مَن لَّمْ يَتَعَاوَلْ وَلَا يَغُضُّ عَن كَثِيرٍ مِنَ الْأُمُورِ تَنَعَّصَتْ عَيْشَتُهُ .

هرکس تعافل نکند و از بسیاری کارها چشم پوشی نکند زندگی اش کدر و خراب می شود.

میزان الحکمه - ج 3 - ص 2217

▶ سازندگی در برابر احساس حقارت (از 6 تا 11 سالگی)

□ افزایش هوش و قدرت استدلال

« باید و نبایدهای بیشتر، منجر به قدرت استدلال کمتر میشود.»

مثال 1: کودک میگوید: «من نمیخواهم خانه عمو بیایم.»

❖ جواب نادرست پدر: «باید بیایی»

✓ جواب درست پدر: «چه دلیلی برای نیامدن خود داری؟ چیزی هست که من از آن بی اطلاعم؟ چیزی

هست که اگر به من بگوئی، ممکن است تجدید نظر کنم؟»

مثال 2: کودک: «معلم با من این رفتار را کرد؟»

❖ جواب نادرست پدر: «معلم کار بدی کرد؛ شاید هم تو کار اشتباه کرده‌ای؟»

✓ جواب درست پدر: «دلیل حرف تو چیست؟ میتوانی چند شاهد برای من بیاوری که من متوجه منظورت شوم؟»

« باید و نبایدهای بیشتر، منجر به قدرت استدلال کمتر میشود.»

مثال 3: کودک: «دوستهای من بچه‌های بدی هستند.»

❖ جواب نادرست پدر: «پس دیگه باهاشون نگرد.»

✓ جواب درست پدر: «میتونی چند نمونه (شاهد) بیاوری که آنها بچه‌های بدی هستند؟»

مثال 4: کودک مسئله ریاضی و علمی از شما میپرسد.

✓ جواب درست پدر: «من جواب همه سؤالات را بلد نیستم.» و ارجاع به یک متخصص یا منبع علمی

نتیجه و کنشهای درست در مثالهای بالا: افزایش قدرت استدلال

□ نوجوان، والدین را، به عنوان افرادی منطقی، کاملاً قبول خواهد نمود.

## دوره پنجم

### از 12 تا 18 سالگی

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ این مرحله از مهمترین مراحل رشد در دیدگاه اریکسون است.

❖ نوجوان میکوشد به سؤالهای مهمی نظیر اینکه من کیستم و جایگاه من در جامعه کجاست؟ پاسخ دهد.

❖ فرد باید در این مرحله خود را به عنوان یک شخص یکپارچه احساس نماید و جامعه، او را به عنوان یک فرد بپذیرد.

❖ ارزشها و هدفهای شغلی خود را برگزیده، به هویت شخصی با دوامی، دسترسی پیدا کند.

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ ابعاد تغییرات دوران نوجوانی

### □ الف. تغییرات جسمانی

○ بلوغ: تغییر در اندازه بدن؛ تغییر در وزن و قد؛ افزایش اشتها و خوراک؛

○ رشد و تکامل صفات اولیه جنسی: شروع قاعدگی در دختران/ انزال در پسران؛

○ رشد و تکامل صفات ثانویه جنسی: تغییرات در رشد مو/ جوش صورت/ صدا/ رشد سینه‌ها

○ تغییر نیاز به خواب و کند شدن ساعت بیولوژیک.

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ ابعاد تغییرات دوران نوجوانی

### □ ب. تغییرات هیجانی

📌 اسطوره‌زدایی از والدین

آرمانگرایی، انتقاد و گرایشهای آتشین (مذهبی، سیاسی، اجتماعی...)

نوسانات شدید خلقی (دمدمی مزاج بودن)

هیجان طلبی

اضطراب‌های پیدا و پنهان که منجر به تغییرات ظاهری شدید می‌شود

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ ابعاد تغییرات دوران نوجوانی

### □ ج. تغییرات شناختی

هویت جویی؛ به دنبال من مستقل

هوش نوجوان در این دوره حالت انتزاعی دارد.

می‌تواند قواعد و قضایای منطقی را درک کند و قدرت استدلال دارد.

حتی در مورد افکار خودش هم شک دارد.

خواسته‌های دیگران را به راحتی نمی‌پذیرد، بلکه باید برایش دلیل و استدلال آورده شود.

می‌خواهد همه چیز را از اول و بر اساس استدلال و منطق، بازسازی کند.

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ ابعاد تغییرات دوران نوجوانی

### □ ه. تغییرات اجتماعی

تمایل به ارتباط با جنس مخالف،

پیروی از همسالان و عضویت در گروههایی با ارزشهای مشترک (صمیمیت و وفاداری)

خودمحوری و مخالفت جویی (نیاز شدید به خودمختاری و استقلال‌گرایی)

آرمان‌گرایی و انتقاد و گرایشهای آتشین (مذهبی، سیاسی و...)

سلام و خسته نباشید من ... هستم ۱۴ ساله تک فرزند متاسفانه با مادرم ارتباط خوبی ندارم و بخواتر محدودیت‌ها مجبور به کاری (دیدن جنس مذکر) شدم بدون اطلاع و واسه خودمم خوشایند نبود و دوس دارم که مادرم بدونه و وقتی فهمید محدودیت‌ها بیشتر شد و موبایلمم گرفت نمیدونم شاید از نظر شما هم عیب باشه ولی بلاخره نیازه میخواستم ازتون کمک بگیرم که بتونم با مادرم رابطه صمیمانه داشته باشم و این موضوع ها رو بهش بگم و با دیدن اگر خودش طرف را بشناسه مخالفت نکند میخواستم ازتون کمک بگیرم که بتونم با مادرم رابطه صمیمانه داشته باشم.

▶ ... م، 18 ساله / دبیرستان/

▶ سلام تورو خدا کمکم کنید دیه نمیتونم ادامه زندگی بدم خانوادم همش بهم گیرمیدن ک گوشی دستت

نگیر این رفتارو نکن این کارو بکن این کارو نکن من بزرگ شدم الان ۱۸ساله نیاز ب این حرفا نیس

بخدا کم اوردم حتی تا جلو در، اجازه تنها رفتن ندارم تو خونه ام همش، هرجامیرن باید مٹ سگی که

قلاده دوره گردنشه بره، حق نظردادن ندارم ک بگم نرین یا برین، ولی ب داداشم ک ۱۵سالشه هیچ گیری نمیدن همیشه دارن اذیتم میکنن بهم طعنه میزنن، انگار بچه خودشون نیستم دیه نمیدونم چیکارکنم همش تواتاق تنهام اهنک گوش میدم حتی ی دوست ندارم، فقط گوشیمو دارم حتی دوست پسرهم ندارم تنها همدم شده یه دفتر، یه دفتر که همه حرفامو مینویسم تو رو خدا بگین چیکارکنم؟

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ حفظ رابطه بدون کنترل‌گری

□ «کنترل‌گری» یا به اصطلاح ساده امر و نهی‌های دائمی، ناسالم‌ترین روش ارتباط است.

□ هفت رفتار مخرب رابطه والدین و نوجوان:

✚ انتقاد کردن

✚ غرغر کردن و نق زدن

✚ سرزنش کردن

✚ تنبیه

✚ تهدید

✚ گلایه و شکایت

✚ باج و رشوه دادن

▶ هویت در برابر سردرگمی نقش (از 12 تا 18 سالگی)

❖ حفظ رابطه بدون کنترل‌گری

□ بنابراین با ارزش‌ترین و مهم‌ترین عامل مثبت، حفظ رابطه والدین و فرزندان نوجوان است.

✚ برای حفظ این رابطه، هفت عادت سازنده را در ارتباط خود به کار ببرید:

✚ حمایت کردن

✚ احترام گذاشتن

✚ تشویق کردن

✚ اعتماد کردن

✚ پذیرش او همان گونه که هست

✚ گوش سپردن و گفت‌وگو درباره تفاوتها و اختلافها

✚ مطالعه و مشاوره

▶ نظریه انتخاب گلاسر

❖ فرض اصلی کنترل‌گری این است که:

چنانچه ما احساس ناخرسندی میکنیم، خود مسوول چنین احساسی نیستیم، بلکه این دیگران و حوادث خارج از کنترل ما هستند که مقصرند.

❖ تنها راه حل مشکلات زناشویی گفتگو با زبانی مهرورزانه یا زبان تئوری انتخاب است و موفقیت در گفتگوهای زندگی زناشویی بستگی به این دارد که پایه‌ای‌ترین اصل تئوری انتخاب را درک کرده باشیم و آن اصل این است که :

ما تنها میتوانیم رفتارهای خودمان را کنترل کنیم.

❖ در این گفتگو هریک از طرفین میتواند پیشنهاد کند که به نظر او چه کاری به حل مشکلشان کمک میکند. به چنین گفتگویی گفتگوی بدون باخت میگویند و هر دو طرف برنده محسوب میشوند.

## راهبردهای تربیتی ناموثر

### انواع سبکهای تربیتی:

- سبک قاطع؛ پاسخدهی مثبت به نیازهای کودک، توقع داشتن از کودک (سبک تربیتی سالم)
  - سبک سهل گیر؛ پاسخدهی مثبت به نیازهای کودک، توقع نداشتن از کودک
  - سبک بی اعتنا؛ پاسخدهی منفی به نیازهای کودک، توقع نداشتن از کودک
  - سبک مستبد؛ پاسخدهی منفی به نیازهای کودک، توقع داشتن از کودک
- سبک فرزندپروری معیوب، اصلی‌ترین علت مسائل رفتاری کودک است.
- بهترین سبک، سبک مقتدرانه یا قاطع است. یعنی هم محبت به کودک و هم انتظار و توقع داشتن از او .
- نه گفتن رو میذاریم برای سال دوم به بعد.

### رفتارهای تربیتی ناموثر:

#### 1. امر و نهی کردن بجای برنامه ریزی

ابزار ما برای برنامه ریزی، تحریک ذهنه.

از کودک بزرگتر میپرسیم: چی کار کنیم که خواهر کوچترت هنگام نقاشی کشیدنت، تو رو اذیت نکنه؟

### مراحل حل مسئله:

1. بیان مسئله. 2. بارش فکری 3. ارزیابی و انتخاب بهترین راه حل . 4. اجرا 5. ارزیابی مجدد.

### رفتارهای تربیتی ناموثر:

2. بحث و تنش والدین با هم

3. بیماری والدین

4. موانع تربیت

5. فرزند کم

6. جابه جا شدن نقش ها

○ نقش پدر و مادر

○ نقش والد - کودک

با بچه ها مشورت میکنیم ولی حرف آخر رو ما میزنیم.

با بچه قرار داد میبندیم و طبق قرار داد عمل میکنیم.

به بچه ها «نه» نگید، ولی اگر گفتید ایستادگی کنید.

در نود درصد بچه ها، اگر والد کوتاه نیاد بچه دیگه اصرار نمیکند.

تکنیک انتخاب

پدر و مادرانی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!

○ تومودا آکمی پژوهشگر ژاپنی متخصص در رشد روانی کودکان

○ وی به کمک دانشگاه هاروارد مغز ۱۵۰۰ کودک را با MRI اسکن کرده است تا تأثیر رفتار والدین بر

مغز کودکان را بررسی کند.

○ او نتیجه‌ی تحقیقاتش را در کتاب:

«پدر و مادرانی که به مغز کودکان آسیب می‌رسانند» به تازگی منتشر کرده است.

پدر و مادرانی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!

○ دعوی شدید پدر و مادر، در برابر کودک

یکی از بدترین رفتارها با کودکان، دعوی شدید پدر و مادر با هم در برابر کودک است. کودکی که در

معرض دیدن دائم چنین صحنه ایست بخشی از مغزش به اسم **Lingual gyrus** نسبت به کودکان

معمولی تا شش درصد کوچکتر میشود. نتیجه‌ی چنین موردی، کاهش توانایی درک گفتاری کودک

است.

پدر و مادرانی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!

○ دخالت بیش از حد والدین.



در مورد کودکانی که به سنی رسیده‌اند که می‌توانند کارهای شخصی‌شان را خودشان انجام بدهند، اگر والدین دائم در پوشاک، خوراک، بازی، همراه بردن لوازم مدرسه و غیره دخالت کنند، باعث میشود تا کودک فکر کند مورد اعتماد قرار نگرفته است.

در این نوع کودکان بخش Amygdala مغز، که مسئول احساس خطر و ترس است تغییر شکل می‌دهد. احتمال زیادی دارد چنین کودکانی در بزرگسالی تبدیل به افراد ترسو و بدون اعتماد بنفس شوند.

### **پدر و مادرائی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!**

#### **○ استفاده‌ی زیاد کودک از تبلت یا اسمارت‌فون.**

مغز این کودکان در قسمت corpus callosum که قسمتهای راست و چپ مغز را بهم متصل میکند مسئول کنترل احساسات است، کوچک، و کودک از ایجاد ارتباط با والدین یا دیگر کودکان ناتوان می‌شود. چنین کودکانی توانایی فعالیت جمعی را از دست می‌دهند.

### **پدر و مادرائی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!**

#### **○ انجام اعمال تنفرآمیز**

انجام اعمال مورد تنفر کودک به وسیله‌ی والدین، مانند لخت گشتن آنها در خانه. کودکی که از دیدن چنین صحنه‌ای منزجر است، ناخودآگاه مغزش تحت استرس قرار می‌گیرد تا آن صحنه را نبیند. در بخش بینایی مغز این چنین کودکانی، تغییر شکل و کوچک شدن مشاهده شده که بر روی میزان حافظه یا درک مفاهیم تأثیر منفی داشته است. با کودکان گفتگو کنید تا متوجه شوید دیدن چه صحنه‌هایی را دوست ندارند تا از انجام آن در مقابل او پرهیز کنید.

### **پدر و مادرائی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!**

#### **○ مقایسه کردن کودک با دیگران همراه با سرزنش او.**

چنین عملی غرور کودک را خدشه‌دار و استرس بزرگی به او وارد می‌کند. مغز چنین کودکانی در بخش Striatum که مسئول حس شادی است تغییر می‌کند. احتمال زیادی وجود دارد چنین کودکانی در بزرگسالی دچار اعتیاد به مواد مخدر یا مشروب شوند.

### **پدر و مادرائی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!**

#### **○ سرزنش‌های احساساتی و تند.**

در حقیقت تحقیر کلامی، از مجازات بدنی آسیب بیشتری به کودک وارد میکند. بخش شنوایی مغز این کودکان، تورم زیادی به دنبال تحقیر کلامی کودک از خود نشان داده است. حتی مواردی از ناشنوا شدن کودک هم دیده شده در حالیکه گوش و سیستم شنوایی هیچ آسیبی ندیده است.

در مواردی که قصد بیان رفتار بد کودک را دارید، حداکثر در ۶۰ ثانیه انجامش دهید. نقدهایی که بیشتر از این مدت باشد، اکثراً از عامل اصلی دور می شود و تبدیل به بیرون ریختن احساسات تند والدین در قالب موعظه با واژه های آزاردهنده و تحقیرآمیز می شود.

**پدر و مادرانی که به مغز کودک شان آسیب می‌رسانند!!**

مغز کودکان قابلیت انعطاف زیادی دارد.

هر زمانی که به اشتباه‌های تربیتی پی ببرید و روش‌تان را تصحیح کنید، فرصت ترمیم مغز و اخلاق کودک، امکان پذیر است.

**روش‌های تغییر رفتار:**

افزایش رفتار مطلوب

کاهش رفتار نامطلوب

**روش‌های تغییر رفتار**

□ افزایش رفتار مطلوب

✓ در قدم اول ارتباط مثبت با کودک

✓ بازی کردن با کودک، بهترین روش ایجاد ارتباط مثبت، است.

✓ تعامل والد - کودک .

○ ویژگی‌های بازی:

■ کودک دارای انگیزه درونی باشد. (آزادی در انتخاب بازی و اسباب بازی).

■ خوشایند و لذت بخش بودن.

■ فعالانه بودن.

«انَّ فِي الْجَنَّةِ دَارًا يُقَالُ لَهُ الْفَرْحُ لَا يَدْخُلُهَا إِلَّا مَنْ فَرِحَ الصَّبِيَانِ».

«تَسْتَحِبُّ عَرَامَةَ الصَّبِيِّ فِي صِغَرِهِ، لِيَكُونَ حَلِيمًا فِي كِبَرِهِ»

(سفینه البحار ج 2 ص 324).

**روش‌های تغییر رفتار**

□ روش‌های افزایش رفتار مطلوب

○ ارتباط‌های کوتاه مدت.

○ تحسین کردن کارهای کوچک و جزئی کودک

○ پاداش دادن.

جدول ستاره ها

قبل از سن مدرسه دو تا رفتار و در سن مدرسه سه تا رفتار.

اهداف رفتار مشخص و جزئی باشد. احترام گذاشتن مشخص نیست.

اهداف به صورت منفی نباشد. تبدیل به مثبت.

نزدن برادر = خوشرفتاری با برادرت

درخواست ما باید در توان کودک باشد.

در شروع برنامه راحت بگیرین تا ستاره و جایزه ببرد.

هر سه تا ستاره ، یکی ماه، هر سه تا ماه، یکی جایزه.

**روشهای کاهش رفتار نامطلوب:**

□ **نادیده گرفتن** (رفتارهای ناسازگارانه خفیف) .

**تقویت افتراقی:** کار بد را نادیده میگیریم و کار خوب را میبینیم و برجسته میکنیم.

**روشهای کاهش رفتار نامطلوب:**

□ **دستور دادن**

یک قانون مهم؛ یا به بچه نمیگیم کاری انجام بده، و اگر گفتیم حتما باید انجام بشه.

قانون دوم؛ مطرح کردن صریح

**فرمول دستور دادن موثر:**

**گام اول:** دستور محترمانه، 5 ثانیه صبر میکنیم.

**گام دوم:** دستور قاطعانه میدیم. پسرم با تو بودم، تا 5 میشمارم باید در بسته باشه.

**گام سوم:** هدایت فیزیکی.

**روشهای کاهش رفتار نامطلوب:**

□ **جریمه کردن**

**اول .** پیامدهای منطقی که به صورت طبیعی پیش میاد.

تذکر میدیم، بعد اقدامی نمیکنیم.

**دوم.** در صورت تکرار یک رفتار اشتباه یا عمل برخلاف قرارداد، جریمه مشخص میکنیم. ده دقیقه دیر اومدی

فردا 20 دقیقه از بازیت کم میشه.

بهترین تنبیه ، تنبیهی هست که مرتبط با اشتباه باشه.

جبران کردن، باید یه کاری انجام بدی که بتونم ببخشم، اگر دیر اومدی به اندازه ای که دیر اومدی باید

دستمال دست بگیر، خونه رو تمیز کنی.

## پیش نیازهای سازگاری فرد در بزرگسالی

- لازم نیست محیط دوران کودکی بری از عیب و نقص باشد، بلکه بایستی به اندازه کافی خوب باشد.
- کودکان نیازهای بنیادینی دارند که برای تعادل و بهزیستی در دوران بزرگسالی بایستی این نیازها به درستی برآورده شوند.
- اگر این نیازها برآورده شوند کودک معمولاً به سلامت روانشناختی دست خواهد یافت. اما اگر مشکلات جدی و اساسی در راه برآورده سازی این نیازها وجود داشته باشد، کودک با مشکلاتی دست به گریبان خواهد بود.

### نیازهای بنیادین عبارتند از:

- ✚ امنیت بنیادین.
- ✚ ارتباط سالم با دیگران .
- ✚ خودمختاری (احساس کفایت‌مندی و توانمندی)
- حق انتخاب دادن به کودک = رشد اعتماد به نفس
- رد نکردن ایده‌ها و قضاوت نکردن
- ✚ عزت نفس .
- ✚ خودابرازگری.
- ✚ پذیرش محدودیت واقع بینانه.

### تله‌های زندگی

#### ✓ خودابرازگری

#### تله‌های زندگی:

- اطاعت
- معیارهای سخت گیرانه

#### ✓ ارتباط سالم با دیگران

#### تله‌های زندگی:

- محرومیت هیجانی
- طرد اجتماعی

#### ✓ خودمختاری

#### تله‌های زندگی:

- وابستگی
- آسیب پذیری

## ✓ امنیت بنیادین

تله‌های زندگی:

- رهاشدگی
- بی اعتمادی / بد رفتاری

## ✓ عزت نفس

تله‌های زندگی:

- نقص / شرم
- شکست

## ✓ پذیرش محدودیت‌های واقع‌بینانه

تله زندگی:

- استحقاق .

سه کلید طلایی در تربیت کودک

منطق

عاطفه

جدیت

- منطقی بودن، مثل زمانی که فرزند شما خواسته به جایی دارد، و باید برآورده شود. بنابراین: دلیلی برای جدال و بحث نیست.
- عاطفی بودن، مثل زمانی که احساس می‌کنید با کمی ابراز عشق و توجه، می‌شود به اتمسفر ارتباط شما و فرزندتان آرامش منتقل کرد. بنابراین: دلیلی برای استفاده از روش‌های منفی ارتباطی مثل بحث، توهین، تحقیر نیست.
- جدی بودن، مثل زمانی که قانونی را وضع کرده‌اید و اطمینان دارید به صلاح فرزندتان است، باید با جدیت (بدون عصبانیت)، روی حرف‌تان بایستید. بنابراین: دلیلی برای بحث‌های طولانی و قوانین بی‌ثبات نیست.

## تفسیر مختصری از نقاشی کودکان

نمونه‌ای از تفسیر اشکال، در نقاشی کودکان:

- زیاد بودن دکمه ها در لباس آدمک ترسیم شده نشانه کمبود اعتماد به نفس در کودک است
- وجود حیوانات در نقاشی بیانگر حس طبیعت گرایی کودک می باشد.
- ابر در نقاشی کودک سمبل مادر و خورشید سمبل پدر است .
- اشکال نوک تیز و خطوط شکسته بیانگر خشونت در زندگی است.
- پشت سر هم و ردیف بودن اشکال رسم شده مانند جوجه های یک مرغ به دنبال او ، نشانگر استعداد ریاضی کودک می باشد.
- با توجه به عناصر رسم شده در یک سوم پایین نقاشی، میتوان به احساس کودک در گذشته اش پی برد.
- با توجه به عناصر رسم شده در یک سوم وسط نقاشی، به احساس کودک در زمان حال می توان پی برد.
- عناصر رسم شده در یک سوم بالای نقاشی، نشانه احساس کودک به آینده خود است.

### □ خطوط نقاشی کودکان :

- خطوط نازک و هماهنگ در نقاشی کودک، نشان دهندهی سازگاری کودک است.
- خطوط کوچک و فشرده، نشانهی ناراحتی درونی کودک است.
- خطوط مارپیچ نشانهی پرخاشگری در کودک است.
- خطوط نازک و ملایم، احساسات عاطفی کودک را می رساند.
- خطوط کوتاه، خجالتی بودن و خطوط کمرنگ، کمبود جوش و خروش را می رساند.
- اگر صفحه نقاشی بزرگ و نقاشی کوچک باشد نشانهی اعتماد به نفس پایین کودک است.
- اگر کودک مرتب نقاشی کند و پاک کند نشانهی ترس و اضطراب درونی اوست.
- در مورد نقاشی خانه، اگر در و پنجره ای برای خانه نکشد، نشانهی وابستگی شدید به مادر است.
- بهترین نقاشی که نشانهی روان سالم در کودک است، کشیدن خانه با دودکش و پنجره و در و پرده و آنتن است.
- ✓ خورشید در نقاشی کودک، نماد پدر است. خورشید با چشم و ابرو رابطهی خوب با پدر، و خورشید سیاه، تیرگی رابطه با پدر را می رساند.
- اگر کودک آدمکی را نقاشی کند:
- سر بزرگتر از بدن، احتمالاً ناسازگاری کودک را بیان می کند.
- سر به تنهایی بدون بدن، اضطراب را می رساند.

