



FARSI.TEMPERAMENT

## خلق و خو

نمی‌توانید خلق و خوی فرزندتان را تغییر دهید. شاید درک اینکه چرا فرزندتان این گونه رفتار می‌کند بهتر از سعی در تغییر آن باشد.

«شخصیت فرزندان مختلف نیازمند رویکردهایی متفاوت است»

نوزادان نیز مانند بزرگسالان متفاوت هستند.

بعضی از بدو تولد آرام و سازگار و برخی دیگر فعال و پرتکاپو هستند. برخی از همان اول عاداتی منظم دارند و دیگران عادات خواب و دستشویی نامنظمی دارند و همین امر رسیدگی به نیازهای آنها را مشکل‌تر می‌سازد. این ویژگی‌ها به تدریج خودشان را طی چند هفته اول زندگی نشان می‌دهند و به نوع خلق و خو بستگی دارند. خلق و خو ذاتی است و به شیوه مراقبت والدین یا بزرگسالان بستگی ندارد.

«اگر بیش از یک فرزند داشته باشید، می‌توانید متوجه خلق و خویهای مختلف شوید»

## انواع خلق و خوی

سه نوع خلق و خوی عمده وجود دارد – برخی از کودکان دارای ترکیبی از دو یا چند خلق و خو هستند.

## آسان یا انعطاف پذیر

مراقبت از نوزادانی که خلق و خوی انعطاف پذیر دارند آسان است. آنها آرام و خوشحال هستند، عادات خواب و خوراک منظمی دارند و زود ناراحت نمی شوند. این گونه کودکان به موازات اینکه بزرگتر می شوند، نیاز دارند که راجع به موضوعات مختلف با آنها صحبت شود، زیرا ممکن است خودشان چیزی نپرسند یا نخواهند و یا درباره احساسات خود صحبت نکنند. همچنین، شاید لازم باشد از دور مراقب اوضاع باشید و اطمینان حاصل کنید که کودکان می دانند که شما آنجا هستید تا در صورت نیاز به او کمک کنید.

## فعال

کودکان فعال و چالاک اغلب ایرادگیر هستند و عادات خواب و خوراک نامنظمی دارند. ممکن است از افراد و مکان های جدید بترسند، به راحتی به واسطه سر و صدا ناراحت شوند و نسبت به چیزها واکنش شدیدی نشان دهند. این گونه کودکان نیاز به مقدار زیادی تمرین دارند و باید از قبل هرگونه تغییری را به آنها اطلاع داد.

## محتاط

این گونه کودکان معمولاً در موقعیت های جدید خجالتی و کم رو هستند، گرچه به مرور زمان که به اوضاع عادت می کنند مثبت تر می شوند. لازم است به مسائل عادی پرداخته و به آنها فرصت زیادی داده شود تا به موقعیت ها و افراد جدید خو بگیرند.



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## خلق و خوی فرزندان

درک خلق و خوی فرزندان به شما کمک خواهد کرد:

- علت رفتارهای خاص فرزندان را توجیه کنید
- چگونگی واکنش فرزندان نسبت به یک رویداد یا موقعیت خاص را پیش بینی نمایید
- با فرزندان ارتباط برقرار کنید
- بدانید که چه رویکرد تربیتی مؤثر خواهد بود
- رابطه ای مثبت با فرزند خود برقرار کنید

«پسرم خلق و خویی تند و بسیار متغیر دارد. گاهی اوقات فرمانبردار نیست. بنابراین، قبل از آنکه از او بخواهم کاری را انجام دهد یا از انجام کاری خودداری کند، خوب فکر می کنم. از خودم می پرسم: «آیا می توانم اجازه بدم این روند ادامه داشته باشد؟»

«باید آماده باشم تا نحوه واکنش خود را تغییر دهم»

«باید در برخورد با هر کودک روش های مختلفی را امتحان کنید»



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## درک بهتر

اگر خلق و خوی فرزندتان را درک نکنید، شاید او را به خاطر رفتاری که به خلق و خوی او مربوط است مورد انتقاد قرار دهید. این امر می تواند به برخوردهایی جدی و به تبع آن شدت گرفتن رفتار فرزندتان منجر شود. همچنین، ممکن است به جای اینکه به سادگی چگونگی رفتار فرزندتان را درک کنید، شروع کنید خودتان را به خاطر رفتار وی سرزنش نمایید.

«خلق و خوی فرزند اولم من را ناراحت می کنه؛ من دچار احساسات میشم و به سختی می تونم برخوردی منطقی و معقول داشته باشم. در حالی که «جک» خیلی نجیب و دوست داشتنی است و راحت تر میشه باهاش ارتباط برقرار کرد.»

«اگر نحوه واکنش خودم را بررسی کنم، می توانم متوجه شوم که خلق و خوی خود من چه

تأثیری بر جریان امور دارد»

«می دانم که نمی توانم خلق و خوی فرزندم را تغییر دهم»

«واکنش فرزندتان را پیش بینی کنید»



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

## نیل به اهدافتان

راجع به خلق و خوی فرزندان و شیوه عملکرد خود به عنوان والدین فکر کنید. هرچه بین خلق و خوی فرزندان و شیوه عملکرد شما به عنوان والدین تناسب بیشتری وجود داشته باشد، نتایج بهتر خواهد بود.

خلق و خوی خودتان نیز بر شیوه عملکرد شما به عنوان والدین تأثیر می گذارد.

اگر بیش از یک فرزند داشته باشید، می توانید متوجه خلق و خویهای مختلف شوید. اغلب شیوه تربیتی که برای یک فرزند مؤثر است، برای فرزند دیگر مؤثر نخواهد بود و شما باید در برخورد با هر یک از آنها از تکنیک هایی کاملاً متفاوت استفاده کنید. یک کودک ممکن است نسبت به خواهر یا برادرش به هدایت و محدودیت های بیشتری نیاز داشته باشد، حال آنکه کودک دیگر ممکن است ترجیح دهد خودش تصمیم گیری نماید.

یافتن روشی که متناسب با خلق و خوی فرزندان باشد به شما کمک خواهد کرد روشی مؤثر را برای تأدیب فرزند خود پیدا کنید و نیز در تصمیم گیری در خصوص مسائلی که باید نسبت به آنها صریح و سرسخت باشید و مسائلی که می توانید نادیده بگیرید به شما کمک می کند.

«روشی را پیدا کنید که با خلق و خوی فرزندان متناسب باشد»



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)

[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)

«اسکیپ» (Skip) از والدین و مراقبت کنندگان جهت تربیت صحیح و اصولی کودکان حمایت می کند.

برای کسب اطلاعات بیشتر به وب سایت زیر مراجعه کنید: [www.skip.org.nz](http://www.skip.org.nz)

ایمیل: [info@skip.org.nz](mailto:info@skip.org.nz) ، یا با این شماره تلفن تماس بگیرید: 04 916 3300

برای کسب اطلاعات بیشتر راجع به حمایت از والدین، به وب سایت [www.familyservices.govt.nz](http://www.familyservices.govt.nz) مراجعه و روی National Directory کلیک کنید.



S.K.I.P

[skip.org.nz](http://skip.org.nz)  
[facebook.com/SKIPcommunity](https://facebook.com/SKIPcommunity)