

6 عادات تجعل والدين فعالين للغاية!

لا توجد وسيلة لتربية طفل بشكل صحيح. ولكن هناك بعض الأشياء التي يفعلها العديد من الآباء الأكثر نجاحًا. إن المهارات الاجتماعية والفكرية والعاطفية للأطفال تشبه العضلات. يمكن للوالدين تمرينها أو ضمورها. فيما يلي بعض العادات التي يطورها أفضل الآباء والأمهات:

• تحدث مع أطفالك

متوسط طول المحادثة يرتبط بشدة مع ذكاء الأطفال وقدرات القراءة. 88% - 98% من الكلمات التي يستخدمها الأطفال في سن الثالثة، هي من مفردات مأخوذة من الأبوين. كلما تحدثت مع أطفالك كلما زادت مفرداتهم الوظيفية.

• اقرأ لأطفالك

أظهرت الدراسات أن الأطفال الذين يقرأ لهم آباؤهم لمدة 20 دقيقة على الأقل في اليوم، يتمتعون بمستوى علمي أفضل في الصف من الأطفال الآخرين بعمر الـ 15 سنة.

• دع أطفالك يلعبون

يشجع اللعب المهارات الوظيفية التنفيذية. الوظيفة التنفيذية هي تحسين الذاكرة العاملة، التحليل، مرونة المهام، حل المشكلات، والقدرة على التنظيم الذاتي. في فنلندا، أحد أنظمة التعليم ذات المرتبة الأعلى في العالم، يأخذ الأطفال 15 دقيقة من الإستراحة غير المتابعة بعد 45 دقيقة من التعليم.

• حد من وقت مشاهدة أطفالك التلفاز

هل تريد أن يتعرض أطفالك للمخاطر الصحية؟ يشاهد الطفل المتوسط 20 ألف إعلان سنويًا. 34% منها عن للحبوب السكرية. التلفزيون يفرط في جزء الإبداع في الدماغ، ويدمر إبداع الطفل. أكثر من ساعة تلفزيون في اليوم الواحد تؤدي إلى مشاكل في التركيز والنجاح في المدرسة. يجب على الأطفال دون سن السنتين عدم مشاهدة التلفزيون.

• شجع الفنان الصغير في داخله

الإبداع هو الثقة بقدرة الفرد على القيام بأمر مبدعة، بقدر ما هو المهارات التي يحتاج إليها ليكون فنان أو مبدع. في روضة الأطفال، يرفع الجميع أيديهم عندما يُسألون مَنْ مَن بينهم فنان، ولكن كلما زاد نمو الأطفال، كلما قل عدد الأيدي المرفوعة.

• احضن أطفالك

اللمس، والهز، والابتسامة، والحديث، والغناء هي غذاء للأطفال الصغار، مما يضع الأساس لدماغ صحي ومتطور.