

# مهربان باشید BE KIND

روزنامه الکترونی رسمی IUSD - صحبت کنید، ما اهمیت می‌دهیم



## چگونه فرزند خود را بطور مثبت تمجید/ستایش کنید

توسط PBIS WORLD

### چرا تمجید کردن خوب است

- اعتماد به نفس، شناخت-فردی و عزت نفس را تقویت می‌کند. به نهادینه کردن تمایل درونی برای تلاش، موفقیت و پشتکار کمک می‌کند.

### چه موقع تمجید کنیم

- تمجید مثبت، بر اساس تحقیقات، می‌بایست به نسبت حد اقل ۴ تمجید مثبت به ۱ انتقاد منفی انجام شود.
- زمانی که بچه‌ها به پایین نگاه می‌کنند، نیاز به تشویق دارند، مشکلاتی دارند، مشکلات شخصی، درگیری با همسالان و غیره.

### چگونه تمجید کنیم

- هر تمجید را خاص، شخصی، و فردی کنید.
- ارتباط مستقیم چشمی برقرار کرده و با روی گشاده برخورد کنید.
- تلاش را تمجید کنید نه نتیجه را.

## چالش والدین

در طول هفته سه ویژگی مثبت و منحصر به فرد فرزندان را با او به اشتراک بگذارید.

چالش خود را با این هشتگ  
پست کنید  
#speakupwecare



IRVINE UNIFIED SCHOOL DISTRICT

## آموزش مهربانی در مدارس برای کاهش قلدری/ آزار و اذیت



دنیا پر از انسانهای مهربان است ...  
اگر نمی توانید یک نفر را پیدا کنید،  
خودتان یکی از آنها باشید.

-ناشناس



### Why Teaching Kindness in Schools Is Essential to Reduce Bullying

Phrases like "random acts of kindness" and "pay it forward" have become popular terms in modern society. It seems there are good reasons why we can't get enough of those addictive, feel-good emotions, as scientific...

Edutopia / Lisa Currie / Oct 17, 2014

## علم مهربانی

والدین و خانواده می توانند ویدیو در مورد علم مهربانی را تماشا کنند.



## منابع دیگر

کتاب: **How to Raise Kind Kids** by Thomas Lickona [Click Here](#)

ترجمه: **Caring Families Research Project.** [Click Here](#)

مقاله: **The Art of Raising Kind Kids** by Dr. Robin Berman [Click Here](#)