

# 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.
- زمانیکه 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 پنج پیامک غیر مترقبه در مورد نکات مثبت شخصیت فرزندان به او ارسال کنید.

چالش خود را با این هشتگ پست کنید

#speakupwecare



## 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



## 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](#)