

باسمه تعالی

پیامهای مشاوره آذر ماه

موفقیت بیشتر از آن که به هوش شما بستگی داشته باشد !!

به باور شما نسبت به توانایی های خود بستگی دارد

تنها راهی که می شود یک زندگی بهتر داشت این است که ،
رشد کنیم

تنها راهی که می شود رشد کرد این است که، تغییر کنیم

تنها راهی که می شود تغییر کرد این است،

که چیزهای جدید یاد بگیریم.



برای رسیدن به موفقیت باید سه کلمه را فراموش کنیم.

نمی توانم ، نمی دانم و نمی شود.

تنها محدودیت و مانع خودمان هستیم .

پس برای رسیدن به اهدافمان محدودیت ها و کمبودها را بهانه
نکنیم.

و برای رسیدن به اهدافمان مصمم و بلند همت باشیم .

پیش از آن که بالا رفتن از نردبان موفقیت را آغاز کنید .

مطمئن شوید که نردبان را به ساختمان مناسب تکیه داده اید.

مشخص شدن هدف به صورت واضح و دقیق نقطه آغاز تمام
موفقیت هاست.

موفقیت به سراغ افرادی می رود که روی خودشان سرمایه گذاری
می کنند .



هنگامی که انسان روی مشکلات تمرکز می کند ،مشکلات
بیشتری پیش رو خواهد داشت .

اما اگر روی فرصت ها تمرکز کند ، فرصت های بیشتری پیش رو
خواهد داشت .

به این فکر نکنیم چه روزهایی را از دست داده ایم به این فکر
کنیم که ، چه روزهایی را نباید از دست بدهیم . هر ثانیه فرصتی
است برای دگرگون کردن زندگی ...

حواسمان باشد که زندگی با تصمیماتی که می گیریم تعریف می
شود ، پس عاقلانه بیاندیشیم و رفتار کنیم .

رسیدن به قله پیروزی آسان است، به شرط اینکه راه رسیدن به
قله

را بشناسیم و توانش را هم داشته باشیم.

راز تغییر در این است که تمام انرژی خود را روی ساختن وضعیت
جدیدمان متمرکز نماییم ، و گذشته را فراموش کنیم .

درختانی که ریشه قوی دارند ، در سخت ترین طوفانها دوام می
آورند . زیرا ریشه از سنگ قویتر است . موفقیت نیاز به زمان دارد

رمز موفقیت : تلاش ، خود باوری ، پشتکار است ...

برای موفقیت تلاش لازم است ولی کافی نیست ، چیزی که موجب
به وجود آمدن موفقیت می شود.

تلاش + انتخاب مسیر درست



واژه کثیف را در صحبت با فرزندمان حذف کنیم .

بچه ها وقتی خاک بازی یا با خمیر بازی می کنند ، کثیف نمی شوند بلکه خاکی یا دستشان آغشته به خمیر بازی می شود . استفاده از واژه کثیف خلاقیت بچه ها را سرکوب و او در آینده دچار وسواس می شود.

همسرانه

هرگز نباید از نقطه ضعف همسرتون به عنوان اسلحه ای برای سکوت یا شکست دادن استفاده کنید .
بیشتر دنبال نکات مثبت و درست همسرتون توجه کنید تا اشتباهاتشان .

اگر دنبال اشتباهات همسرتان باشید همیشه چیزی پیدا خواهید کرد ، اما زوج های خوشبخت همیشه به دنبال نکات مثبت یکدیگرند ، نه به دنبال نقطه ضعف یکدیگر.

تهیه کننده : نرجس جعفری- مشاور

تایید کننده: خانم فغانی- مدیریت آموزشگاه

وقتی والدین کارهای کودکان را انجام می دهند او را به این منطق و نتیجه می رسانند که بالاخره یک نفر هست که کارهای او را انجام دهد .

بدین ترتیب او پیامد طبیعی منطق اشتباه خود را تجربه می کند و این آغاز بی مسئولیتی است .

توصیه هایی برای قبل امتحان

شب قبل از امتحان خوب بخوابید

از همکلاسی هایی که آرامش شما را به هم می زنند دوری کنید .

به موقع در جلسه امتحان حضور یابید .

پیش از پاسخ به سوالات نفس عمیق بکشید و فکر کنید .

برای بعد از امتحان خود پاداش تعیین کنید.

والدین آگاه

تا خطری متوجه کودک نباشد ، در کار کودک دخالت نمی کنند ، بلکه نظارت دارند.

محافظ فرزند خود نیستند بلکه مراقب او هستند .

کنترل کننده فرزند خود نیستند ، بلکه رشد دهنده و جهت دهنده به فرزند خود هستند .



سخت درس خواندن یا هوشمندانه درس خواندن ؟

هوشمندانه عمل کنید و درس بخوانید تا به اهدافتان برسید .

تلاش به تنهایی برای تربیت فرزندان نتیجه ای ندارد . زیرا آنها با مشاهده رفتار ما آموزش می بینند . پس سعی کنیم ابتدا روی رفتار خود تکیه کنیم .

پیامدهای اضطراب امتحان :

فراموشی های موقت

عدم یادگیری هنگام مطالعه

عدم تمرکز در حین مطالعه و امتحان

افت تحصیلی

نکته های تربیتی :

هر کاری که خود کودکان می توانند انجام دهند ، شما انجام ندهید(جزدر موارد بیماری و یا خطرناک).