

فهرست مطالب

مقدمه..... ۱

فصل اول

ضرورت شکوفایی عقل در کلام وحی..... ۵

فصل دوم

مشخصات فرزند عاقل..... ۱۵

۱. صبر و استقامت..... ۱۷

۲. سکوت به همراه تفکر..... ۱۸

۳. گوش دادن به نصایح و پندهای بزرگترها..... ۱۸

۴. فرزند عاقل به اندازه خودش آینده‌نگر است و برنامه‌ریزی دارد..... ۱۹

۵. راستگو است..... ۱۹

۶. دوستان خوب دارد..... ۲۰

۷. با ادب است..... ۲۰

۸. از افراط و تفریط پرهیز می‌کند..... ۲۱

۹. از خشم دوری می‌کند..... ۲۲

۱۰. دوستانش را تمسخر نمی‌کند..... ۲۲
- ده ویژگی فرزندان عاقل در از منظر پیامبر ﷺ..... ۲۳
- ده ویژگی فرزندان عاقل از نظر امام رضا علیه السلام..... ۲۴

فصل سوم

- روش‌های پرورش فرزند عاقل..... ۲۷
- پیش از تولد..... ۲۹
۱. وراثت..... ۲۹
۲. مراقبت‌های دوران بارداری..... ۳۱
۳. سلامتی والدین..... ۳۱
۴. حفظ آرامش و دوری از استرس و اضطراب در دوره بارداری..... ۳۲
۵. سیگار ممنوع!..... ۳۲
۶. ورزش و تحرک بدنی..... ۳۲
۷. تاثیر اصوات و صحبت اطرافیان بر جنین..... ۳۳
۸. رعایت اصول تغذیه در دوران بارداری..... ۳۴
۹. ویتامین‌ها..... ۳۴
- الف) کولین..... ۳۴
- ب) استیل کولین..... ۳۵
۱۰. خواندن قرآن..... ۳۵
- ب) عوامل موثر در رشد عقلی کودک پس از تولد..... ۳۶
۱. علم‌آموزی و مطالعه..... ۳۶
۲. تجلیل از شخصیت عاقلانه فرزندان..... ۳۷
۳. کنترل عصبانیت..... ۳۹
۴. آسان گرفتن..... ۴۰

۵. بازی با کودک ۴۱
- عواقب بازی نکردن ۴۴
- انتخاب اسباب بازی مناسب ۴۵
- بازی های مناسب برای رشد عقل کودک ۴۶
۶. سؤالات کودکان با حوصله پاسخ دهید ۴۶
۷. کنجکاوی فرزندان را به مسیر درست هدایت کنید ۴۸
۸. داشتن معلم دلسوز ۵۴
۹. به همراه فرزندان به سفرهای اکتشافی بروید ۵۸
۱۰. به هر میزان که فرصت دارید با کودکان زمان صرف کنید ۵۸
۱۱. به وقت تلف کردن آنها خرده نگیرید ۵۹
۱۲. طعم فصل های سال را به او بیچشانید ۶۰
۱۳. بگذارید کودک دنیای کوچک خود را بسازد ۶۰
۱۴. چیزهایی که برای کودکان جذاب است دنبال کنید ۶۰
۱۵. سؤالات کودک را جدی تلقی کنید؛ او را در مسیر یافتن پاسخ هدایت کنید .. ۶۱
۱۶. برای کودکان قصه بگویید ۶۱
۱۷. استفاده از تمثیل و تصویرسازی ۶۳
- فواید داستان و تاثیر آن بر رشد عقلی و شخصیتی کودک ۶۴
- معیارهای انتخاب یک داستان خوب ۶۷
۱۸. خواب به موقع و کافی را برنامه ریزی کنید ۶۸
- الف) دلایل دیر خوابیدن کودکان ۶۸
- ب) فواید زود خوابیدن کودکان ۶۹
- ج) راهکارهایی برای زود خوابیدن کودکان ۶۹
۱۹. فرزندان را به تفکر تشویق کنید ۷۰

۲۰. تحیل‌پردازی کودکان را تقویت کنید..... ۷۱
- دو روش برای تقویت تحیل کودک..... ۷۲
۲۱. اعتماد به نفس فرزندان را بالا ببرید..... ۷۳
- نشانه‌های اعتماد به نفس در کودکان..... ۷۴
- راه‌های تقویت اعتماد به نفس کودکان..... ۷۵
۲۲. کودکان را به مسافرت‌های تفریحی و تاریخی ببرید..... ۷۶
۲۳. ورزش..... ۷۸
۲۴. با خواندن لالایی هوش فرهنگی کودکان را بالا ببرید..... ۷۸
۲۵. از آموزش قرآن و دعا برای تعقل فرزندان بهره ببرید..... ۷۹
۲۶. محبت ابراز کنید..... ۸۰
۲۷. به رشد جنسی کودکان توجه کنید..... ۸۱
۲۸. تفکر خلاق را برای آنها درونی کنید..... ۸۱
۲۹. با آنها مشورت کنید..... ۸۳
۳۰. تغذیه مناسب برای فرزندان در نظر بگیرید..... ۸۵
۳۱. معرفی معیار درست رابطه با دیگران را به آنها بیاموزید..... ۹۰
۳۲. پرورش حس کمال‌طلبی در فرزندان..... ۹۲
۳۳. تشویق و گفتگوی صمیمانه را جایگزین تنبیه کنید..... ۹۳
- منابع..... ۹۵